

Тернопільський національний педагогічний університет
імені Володимира Гнатюка

Кваліфікаційна наукова праця
на правах рукопису

МОЙСЕЮК ВАСИЛЬ ПЕТРОВИЧ

УДК 613.86:387.37.013:42-051

ДИСЕРТАЦІЯ
ФОРМУВАННЯ КУЛЬТУРИ ПРОФЕСІЙНОГО ЗДОРОВ'Я
МАЙБУТНІХ СОЦІАЛЬНИХ ПЕДАГОГІВ

13.00.04 – теорія і методика професійної освіти
Педагогічні науки

Подається на здобуття наукового ступеня кандидата педагогічних наук

Дисертація містить результати власних досліджень. Використання ідей,
результатів і текстів інших авторів мають посилання на відповідне джерело
_____ В.П. Мойсеюк

Науковий керівник Мешко Галина Михайлівна, доктор педагогічних наук,
професор

Тернопіль – 2018 р.

АНОТАЦІЯ

Мойсеюк В.П. Формування культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів. – Кваліфікаційна наукова праця на правах рукопису.

Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата педагогічних наук (доктора філософії) за спеціальністю 13.00.04 «Теорія і методика професійної освіти» (015 – Професійна освіта). – Тернопільський національний педагогічний університет імені Володимира Гнатюка, Тернопіль, 2018.

Особливості сучасного розвитку суспільства, інтеграція національної системи освіти в європейський освітній простір потребують підготовки соціальних педагогів нової генерації, здатних до особистісного і професійного зростання, максимальною мірою продуктивно реалізовувати свій потенціал у професійній діяльності, протидіяти негативному впливу професійних чинників, долати професійні труднощі з найменшими втратами для здоров'я.

Сформованість культури професійного здоров'я соціального педагога значною мірою визначає успішність професійної діяльності, оскільки від рівня володіння ним культурою здоров'я залежить не тільки його професійне довголіття, але і якість наданої ним соціально-педагогічної допомоги, збереження, формування здоров'я особистості, створення сприятливих умов для її успішної адаптації та інтеграції в соціумі. Тому питання підготовки майбутніх соціальних педагогів до здоров'язбережувальної діяльності, формування культури професійного здоров'я мають бути серед найбільш важливих у закладах вищої освіти.

Об'єктом дослідження є професійна підготовка майбутніх соціальних педагогів. Предмет дослідження – система формування культури професійного здоров'я як компонент теорії і практики професійної підготовки майбутніх соціальних педагогів. Мета дослідження – теоретично обґрунтувати й експериментально перевірити модель системи формування

культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів у процесі професійної підготовки.

У дисертації визначено сутність та особливості культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів; розроблено критерії та показники рівнів сформованості культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів; досліджено сучасний стан сформованості культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів; обґрунтовано та експериментально перевірено ефективність змодельованої системи формування культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів.

Наукова новизна та теоретичне значення дослідження полягає в тому, що вперше: обґрунтовано модель системи формування культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів, яка відображає взаємозв'язок і взаємодію її структурних компонентів: мета і завдання підготовки; загальнонаукові і специфічні принципи підготовки, структурні компоненти культури професійного здоров'я (мотиваційно-ціннісний, емоційно-вольовий, змістово-операційний, рефлексійно-оцінний); зміст підготовки, основу якого становить програма формування культури професійного здоров'я (теоретична підготовка, практична підготовка, науково-дослідницька діяльність, волонтерська діяльність); етапи реалізації програми формування культури професійного здоров'я (потребнісно-критичний, інформаційно-ціннісний, креативно-практичний); методи (ділові ігри, групові дискусії, кейс-метод, портфоліо, проблемна лекція-бесіда, проекти, соціально-психологічний тренінг, мозковий штурм, імітаційно-рольове моделювання професійних ситуацій), форми (лекції, практичні заняття, семінар-тренінг «Конструктивне подолання професійних труднощів соціально-педагогічної діяльності», виконання творчих завдань та спеціально розроблених завдань під час соціально-педагогічної практики, у процесі волонтерської діяльності, індивідуальні навчально-дослідницькі завдання, консультації, самостійна робота) та засоби (навчально-методичні комплекси

навчальних дисциплін, Інтернет-ресурси, діагностичні методики) підготовки; педагогічні умови формування культури професійного здоров'я; моніторинг сформованості культури професійного здоров'я; результат;

виокремлено, теоретично обґрунтовано педагогічні умови формування культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів (формування у студентів здоров'ятворчих мотивів та ціннісних установок на досягнення особистісного та професійного благополуччя; стимулювання пошуково-дослідницької діяльності майбутніх соціальних педагогів для поглиблення наявних та оволодіння новими знаннями з питань збереження і зміцнення професійного здоров'я; популяризація здорового способу життя в освітньому середовищі закладу вищої освіти та вдосконалення змісту навчання через валеологізацію змісту навчальних програм; орієнтація студентів на самостійну здоров'язбережувальну діяльність через самовиховання, самоосвіту та самооздоровлення);

визначено критерії (ціннісне ставлення до професійного здоров'я, емоційно-вольова регуляція здоров'язбережувальної діяльності, володіння здоров'язбережувальними знаннями та вміннями, розуміння особистої відповідальності за стан власного професійного здоров'я) і відповідні їм показники, схарактеризовано рівні сформованості культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів;

створено модель культури професійного здоров'я соціального педагога, в якій відображені її функції (аксіологічна, регулятивна, гносеологічна, превентивна, рефлексійна, креативна), структурні компоненти (мотиваційно-ціннісний, емоційно-вольовий, змістово-операційний, рефлексійно-оцінний), критерії, показники і рівні (елементарний, репродуктивний, достатній та творчий) їх сформованості.

Подальшого розвитку набули форми і методи формування культури професійного здоров'я, положення про роль активності особистості майбутнього соціального педагога у здоров'ятворчій діяльності.

Практичне значення одержаних результатів полягає у розробленні й упровадженні у практику роботи закладів вищої освіти навчального курсу (змістового модуля) «Професійне здоров'я соціального педагога», створенні його навчально-методичного забезпечення, розробленні методики діагностики рівнів сформованості культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів. Матеріали дослідження можуть використовуватися у вищій школі для підготовки працівників соціальної сфери, для написання курсових, бакалаврських і магістерських робіт

Ключові слова: культура професійного здоров'я, майбутні соціальні педагоги, професійна підготовка соціальних педагогів, модель системи формування культури професійного здоров'я.

Список публікацій здобувача

Наукові праці, в яких опубліковано основні результати дослідження

1. Мойсеюк В. П. Культура здоров'я соціального педагога як стратегічна проблема сучасного суспільства. *Освіта регіону: політологія, психологія, комунікації*. Київ: Університет «Україна», 2011. №3. С. 331-335.
2. Мойсеюк В. П. Педагогічні умови формування культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів. *Педагогіка вищої та середньої школи: збірник наукових праць*. Кривий Ріг: КПІ ДВНЗ КНУ, 2012. №36. С. 345-349.
3. Мойсеюк В. П. Чинники професійного здоров'я соціального педагога. *Науковий вісник Волинського національного університету імені Лесі Українки*. Луцьк: ВНУ, 2012. №7. С. 144-149.
4. Мойсеюк В. П. Проблема професійного вигорання в соціально-педагогічній роботі. *Освіта регіону: політологія, психологія, комунікації*. Київ: «Університет Україна», 2013. №3. С. 234-238.
5. Мойсеюк В. П. Сучасний стан формування культури професійного здоров'я. *Збірник наукових праць Херсонського національного технічного університету*. Херсон: ХНТУ, 2013. Вип. 1 (8). С. 328-231.

6. Мойсеюк В. П. Теоретическое обоснование модели формирования культуры профессионального здоровья социального педагога. *Современный научный вестник*. Научно-теоретический и практический журнал. Белгород., 2013 . №20 (159). С. 69-78.

Опубліковані праці, які засвідчують апробацію матеріалів дисертації

7. Мойсеюк В. П. Вплив науково-технічного прогресу на здоров'я людини. *Україна наукова* : матеріали восьмої Міжнародної науково-практичної інтернет-конференції (м. Київ, 21-23 грудня 2011 р.). Київ, 2011. Ч. 7. С. 42-45.

8. Мойсеюк В. П. Сучасні підходи до вивчення феномену здоров'я. *Соціум. Наука. Культура.*: матеріали восьмої Міжнародної науково-практичної інтернет-конференції (м. Київ, 24-26 січня 2012 р.). Київ: ІНП, 2012. Ч. 4. С. 29-30.

9. Мойсеюк В. П. Обґрунтування педагогічних умов формування культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів. *Сучасна наука в мережі internet*: матеріали восьмої Міжнародної науково-практичної інтернет-конференції: (м. Київ, 9-11 серпня 2012 р.). Київ: ІНП, 2012. Ч. 2. С. 14-16.

10. Мойсеюк В. П. Здоров'ятворчі якості та властивості соціального педагога. *Проблеми компетентного підходу у підготовці майбутніх вчителів: тенденції та перспективи*: матеріали Всеукраїнської наукової конференції (м. Кривий Ріг, 4-6 жовтня 2012 р.). Кривий Ріг: ДВНЗ КНУ, 2012. С. 20-22.

11. Мойсеюк В. П. Чинники професійного здоров'я соціального педагога. *Здоров'я, освіта, наука та самореалізація молоді* : матеріали IV Міжнародної науково-практичної конференції (м. Рівне, 29-30 березня 2012 р.). Рівне: Університет «Україна», 2012. С. 16-18.

12. Мойсеюк В. П. Валеологический аспект профессиональной подготовки будущих социальных педагогов. *В мире научных открытий* :

материалы XI Международной научно-практической конференции (г. Москва, 27 марта 2014 г.). Москва: РИНЦ, 2014. С. 90-92.

13. Мойсеюк В. П. Практичні аспекти здоров'язбережувальної діяльності майбутніх соціальних педагогів. *Педагогіка здоров'я* : збірник наукових праць VI науково-практичної конференції (м. Харків, 28-29 квітня 2016 р.). Харків: ХНПУ, 2016. Вип 6. С. 283-286.

ANNOTATION

Moiseyuk V.P. Formation of professional health culture of future social educators. - Qualifying scientific work on the rights of the manuscript.

Dissertation for the degree of a candidate of pedagogical sciences (doctor of philosophy) in specialty 13.00.04 "Theory and methodology of vocational education" (015 - Professional education). - Ternopil National Pedagogical University named after Volodymyr Hnatyuk, Ternopil, 2018.

The peculiarities of modern development of society, the integration of the national education system into the European educational space require the training of social educators of a new generation, capable of personal and professional growth, who maximally productively realize their potential in professional activities, counteract the negative influence of professional factors, overcome professional difficulties with the minimum losses for health.

The formation of the future social educator's professional health culture largely determines the success of professional activity, since the level of their possession of a culture of health depends not only on their professional longevity, but also on the quality of their social and educational assistance, preservation, formation of the health of the individual, creation of favorable conditions for its successful adaptation and integration in society. Therefore, the question of the preparation of future social educators for the health of preserving activities, the formation of a culture of professional health should be among the most important in higher education institutions.

The object of the research is the professional training of future social educators. The subject of the study is the formation of professional health culture as a component of the theory and practice of future social educators training. The purpose of the research is to theoretically substantiate and experimentally test the model of the system of forming the culture of professional health of future social educators in the process of professional training.

The thesis defines the essence and features of the culture of professional health of future social educators; criteria and indicators of the levels of formation of future social educators' professional health culture are developed; the present state of the formation of the future social educators' professional health culture is researched; the effectiveness of the simulated system of forming the professional health culture of future social educators is substantiated and experimentally verified.

The scientific novelty and theoretical significance of the research is that for the first time: the model of the system of formation of the culture of future social educators' professional health culture is substantiated, which reflects the interconnection and interaction of its structural components: the purpose and tasks of preparation; general scientific and specific principles of preparation, structural components of the culture of professional health (motivational-value, emotional-volitional, content-operational, reflexive-appraisal); the content of the training, which is based on the program of forming a culture of professional health (theoretical training, practical training, research activities, volunteer activities); stages of realization of the program of forming a culture of professional health (needs-critical, informational and valuable, creative and practical); methods (business games, group discussions, case study, portfolio, problem lecture-conversation, projects, socio-psychological training, brainstorming, simulation-role modeling of professional situations), forms (lectures, practical classes, workshop-training "Constructive overcoming professional difficulties of social and pedagogical activity", fulfillment of creative tasks and specially designed tasks during social and pedagogical practice, in the process of volunteer activity,

individual educational and research tasks, consultations, self-help at work) and means (training complexes courses, online resources, diagnostic techniques) training; pedagogical conditions of forming a culture of professional health; monitoring of the formation of a culture of professional health; result.

The pedagogical conditions for the formation of future social educators' professional health culture (formation of students of health and creative motives and value systems for the achievement of personal and professional well-being, the stimulation of search and research activity of future social pedagogues for deepening of existing and mastering of new knowledge on the issues is singled out, theoretically substantiated) preservation and strengthening of professional health; popularization of a healthy lifestyle in the educational environment of a higher education establishment; and improving the content of learning through the valeologization of the contents of curricula, orientation of students to independent healthcare activities through self-education, upbringing and self-healing);

defined criteria (value attitude to professional health, emotional and volitional regulation of health care activities, possession of healthcare-saving knowledge and skills, understanding of personal responsibility for the state of own professional health) and their corresponding indicators, the levels of formation of a culture of professional health future social educators;

a model of the culture of professional health of a social educator was created, in which its functions (axiological, regulatory, epistemological, preventive, reflective, creative), structural components (motivational-value, emotional-volitional, content-operational, reflexive-appraisal), criteria, indicators and levels (elementary, reproductive, sufficient creative) of their formation.

Further development took shape and methods of forming a culture of professional health, the position on the role of the personality of the future social educator in the health of creative activities.

The practical significance of the results obtained is the development and introduction into the practice of higher education institutions of the study course (content module) «Professional health of the social educator», the creation of its

teaching and methodological support, the development of a methodology for diagnosing the levels of the formation of the future social educators' professional health culture. Materials of research can be used in high school for the training of social workers, writing coursework, bachelor's and master's theses.

The list of applicant's publications:

Scientific works, in which the main results of the research are published

1. Mojseyuk V. P. Kul'tura zdorov'ya social'nogo pedagoga yak strategichna problema suchasnogo suspil'stva. Osvita regionu: politologiya, psy`xologiya, komunikaciyi. Ky`yiv: Universy`tet «Ukrayina», 2011. #3. S. 331-335.

2. Mojseyuk V. P. Pedagogichni umovy` formuvannya kul'tury` profesijnogo zdorov'ya majbutnix social'ny`x pedagogiv. Pedagogika vy`shhoyi ta seredn`oyi shkoly`: zbirny`k naukovy`x pracz`. Kry`vy`j Rig: KPI DVNZ KNU, 2012. #36. S. 345-349.

3. Mojseyuk V. P. Chy`nny`ky` profesijnogo zdorov'ya social'nogo pedagoga. Naukovy`j visny`k Voly`ns`kogo nacional'nogo universy`tetu imeni Lesi Ukrayinky`. Lucz`k: VNU, 2012. #7. S. 144-149.

4. Mojseyuk V. P. Problema profesijnogo vy`gorannya v social'no-pedagogichnij roboti. Osvita regionu: politologiya, psy`xologiya, komunikaciyi. Ky`yiv: «Universy`tet Ukrayina», 2013. #3. S. 234-238.

5. Mojseyuk V. P. Suchasny`j stan formuvannya kul'tury` profesijnogo zdorov'ya. Zbirny`k naukovy`x pracz` Xersons`kogo nacional'nogo texnichnogo universy`tetu. Xerson: XNTU, 2013. Vy`p 1 (8). S. 328-231.

6. Mojseyuk V. P. Teorety`cheskoe obosnovany`e modely` formy`rovany`ya kul'tury` professy`onal'nogo zdorov'ya socy`al'nogo pedagoga. Sovremennyy` nauchny`j vesny`k. Nauchno-teorety`chesky`j y` prakty`chesky`j zhurnal. Belgorod:, 2013 . #20 (159). S. 69-78.

Opublikovani praci, yaki zasvidchuyut` aprobaciyu materialiv dy`sertaciyi

7. Mojseyuk V. P. Vplyv naukovo-texnichnogo progresu na zdorov'ya lyudy`ny`. Ukrayina naukova : materialy` vos`moyi Mizhnarodnoyi naukovo-prakty`chnoyi internet-konferenciyi (m. Ky`yiv, 21-23 grudnya 2011 r.). Ky`yiv, 2011. Ch. 7. S. 42-45.

8. Mojseyuk V. P. Suchasni pidxody` do vy`vchennya fenomenu zdorov'ya. Socium. Nauka. Kul`tura. : materialy` vos`moyi Mizhnarodnoyi naukovo-prakty`chnoyi internet- konferenciyi (m. Ky`yiv, 24-26 sichnya 2012 r.). Ky`yiv: INP, 2012. Ch. 4. S. 29-30.

9. Mojseyuk V. P. Obg`runtuvannya pedagogichny`x umov formuvannya kul`tury` profesijnogo zdorov'ya majbutnix social`ny`x pedagogiv. Suchasna nauka v merezhi internet : materialy` vos`moyi Mizhnarodnoyi naukovo-prakty`chnoyi internet-konferenciyi: (m. Ky`yiv, 9-11 serpnja 2012 r.). Ky`yiv: INP, 2012. Ch. 2. S. 14-16.

10. Mojseyuk V. P. Zdorov'yatvorchi yakosti ta vlasty`vosti social`nogo pedagoga. Problemy` kompetentisnogo pidxodu u pidgotovci majbutnix vchy`teliv: tendenciyi ta perspekty`vy` : materialy` Vseukrayins`koyi naukovoyi konferenciyi (m. Kry`vy`j Rig, 4-6 zhovtnya 2012 r.). Kry`vy`j Rig: DVNZ KNU, 2012. S. 20-22.

11. Mojseyuk V. P. Chy`nny`ky` profesijnogo zdorov'ya social`nogo pedagoga. Zdorov'ya, osvita, nauka ta samorealizaciya molodi : materialy` IV Mizhnarodnoyi naukovo-prakty`chnoyi konferenciyi (m. Rivne, 29-30 bereznja 2012 r.). Rivne: Universy`tet «Ukrayina», 2012. S. 16-18.

12. Mojseyuk V. P. Valeology`chesky`j aspekt professy`onal`noj podgotovky` budushhy`x socy`al`ny`x pedagogov. V my`re nauchny`x otkryty`j : matery`aly XI Mezhdunarodnoj nauchno-prakty`cheskoj konferency`y` (g. Moskva, 27 marta 2014 g.). Moskva: RY`NCz, 2014. S. 90-92.

13. Mojseyuk V. P. Prakty`chni aspekty` zdorov'yazberezhuval`noyi diyal`nosti majbutnix social`ny`x pedagogiv. Pedagogika zdorov'ya : zbirny`k naukovy`x prac` VI naukovo-prakty`chnoyi konferenciyi (m. Xarkiv, 28-29 kvitnya 2016 r.). Xarkiv: XNPU, 2016. Vy`p 6. S. 283-286.

ЗМІСТ

ВСТУП	13
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ФОРМУВАННЯ КУЛЬТУРИ ПРОФЕСІЙНОГО ЗДОРОВ'Я МАЙБУТНІХ СОЦІАЛЬНИХ ПЕДАГОГІВ.....	21
1.1. Здоров'я соціального педагога як компонент загального здоров'я і чинник успішної професійної діяльності	21
1.2. Формування культури професійного здоров'я як аспект професійної підготовки майбутніх соціальних педагогів.....	52
1.3. Сучасний стан сформованості культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів	68
Висновки до першого розділу	84
Список використаних джерел у першому розділі	87
РОЗДІЛ 2. ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНА РОБОТА З ФОРМУВАННЯ КУЛЬТУРИ ПРОФЕСІЙНОГО ЗДОРОВ'Я МАЙБУТНІХ СОЦІАЛЬНИХ ПЕДАГОГІВ У ПРОЦЕСІ ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ.....	100
2.1. Модель системи формування культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів	100
2.2. Дослідно-експериментальна перевірка ефективності моделі системи формування культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів.....	127
2.3. Аналіз результатів експериментального дослідження з формування культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів	143
Висновки до другого розділу	181
Список використаних джерел у другому розділі.....	185
ЗАГАЛЬНІ ВИСНОВКИ	192
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	196
ДОДАТКИ.....	216

ВСТУП

Особливості сучасного розвитку суспільства, інтеграція національної системи освіти в європейський освітній простір потребують підготовки соціальних педагогів нової генерації, здатних до особистісного і професійного зростання, максимальною мірою продуктивно реалізовувати свій потенціал у професійній діяльності, протидіяти негативному впливу професійних чинників, долати професійні труднощі з найменшими втратами для здоров'я.

Соціальний педагог у професійному відношенні є представником однієї з головних груп ризику. Особлива відповідальність й пов'язане з нею нервово-емоційне напруження, необмежена тривалість робочого часу, висока щільність міжособистісних контактів, постійне перебування у середовищі проблемних категорій населення (діти, які потрапили у складні життєві ситуації, «важкі» підлітки, неблагополучні сім'ї, люди з особливими потребами), постійне проникнення у проблеми інших людей, надання їм допомоги та підтримки, особливий контингент вихованців, велика кількість стресових ситуацій – всі ці та інші чинники негативно впливають на здоров'я соціального педагога. Вони є причиною погіршення його фізичного та психологічного самопочуття, появи емоційного виснаження, професійних деформацій, деструкцій, виникнення захворювань.

Соціальний педагог – це професія, в якій сформованість культури професійного здоров'я значною мірою визначає успішність професійної діяльності фахівця, оскільки від рівня володіння ним культурою здоров'я залежить не тільки його професійне довголіття, але і якість наданої ним соціально-педагогічної допомоги, збереження і формування здоров'я особистості, створення сприятливих умов для її успішної адаптації та інтеграції в соціумі.

Більшість опитаних нами соціальних педагогів відзначають, що не вміють протистояти стресам, емоційному вигоранню, не знають шляхів профілактики і подолання професійних деформацій, не володіють

продуктивними копінг-стратегіями, технологіями збереження і зміцнення професійного здоров'я. Результати анкетування засвідчили низький рівень сформованості культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів. Тому питання підготовки майбутніх соціальних педагогів до здоров'язбережувальної діяльності, формування культури професійного здоров'я мають бути серед найбільш важливих у закладах вищої освіти.

У психолого-педагогічній літературі є багато робіт, присвячених проблемам здоров'я людини, формування здорового способу життя, зокрема: становлення і розвитку особистості в аспекті формування здорового способу життя (І. Аршавський, І. Брехман, М. Башкіров, С. Гуськов, Г. Зайцев, В. Оржеховська, О. Шукатка та ін.); проблеми валеологічної освіти та виховання (Т. Бойченко, Ю. Бойчук, І. Брехман, Е. Вайнер, М. Гончаренко, М. Гриньова, Ю. Лісцін, О. Коновалова, С. Омельченко та ін.); питання професійного здоров'я (В. Бобрицька, С. Болтівець, Е. Зеєр, Е. Іванов, В. Карвасарський, О. Крайнюк, С. Максименко, Г. Мешко, Л. Мітіна, В. Пономаренко, М. Смірнов); проблеми профілактики професійного вигорання (М. Авраменко, Г. Зайчикова, Л. Карамушка, К. Малевич, В. Орел, О. Папанова, Я. Рейковский, Е. Старченкова, Р. Холт, В. Шульц та ін.).

На сучасному етапі є різні підходи щодо розуміння сутності культури здоров'я (І. Авдеєнко, Т. Берсенєва, С. Васильєв, Г. Зайцев, В. Колбанов, Л. Татарнікова), його змісту і структури (Е. Вайнер, І. Глінянова, Е. Мамаєва, А. Мітяєва), визначення принципів формування культури здоров'я педагога (І. Аносов, Ю. Бойчук, Т. Іванова, Л. Уткіна). Питання культури професійного здоров'я педагога представлено в працях Є. Багнетової, Н. Гончарової, В. Горашука, О. Дубогай, Е. Казіна, Ю. Лісціна, С. Лебедченко та ін.

Водночас теоретичний аналіз наукових праць засвідчив, що проблема формування культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів ще не достатньо досліджена і розроблена в теоретичному і практичному аспектах.

Актуальність проблеми формування культури здоров'я соціальних педагогів підсилюється низкою суперечностей, особливо між:

– суспільною необхідністю у професійній діяльності соціального педагога, який володіє культурою здоров'я і здатністю до її трансляції, і недостатньою розробленістю наукових основ і засобів її формування;

– високими соціальними вимогами до здоров'я соціальних педагогів і низькими показниками їх здоров'я;

– потребами соціальної сфери у фахівцях із належним рівнем професійного здоров'я і відсутністю технологій їх цілеспрямованого формування під час навчання у вищій школі.

Актуальність проблеми, її недостатня розробленість у педагогічній теорії і практиці поряд з виокремленими суперечностями, які потребують розв'язання, зумовили вибір теми дослідження **«Формування культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів»**.

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами. Дисертаційне дослідження виконано відповідно до тематичного плану науково-дослідних робіт Тернопільського національного педагогічного університету імені Володимира Гнатюка з тем «Особистісно-професійний розвиток педагога в процесі підготовки до інноваційної діяльності» (державний реєстраційний номер 0111U001321) і «Теоретичні і методичні основи соціально-педагогічної діяльності і соціально-педагогічної освіти в Україні» (РК № 0109U002310). Тема дисертації затверджена вченою радою Тернопільського національного педагогічного університету імені Володимира Гнатюка (протокол № 5 від 17.02.2011 р.) та погоджена у Міжвідомчій раді з координації наукових досліджень з педагогічних і психологічних наук в Україні (протокол № 3 від 29.03.2011 р.).

Об'єктом дослідження є професійна підготовка майбутніх соціальних педагогів.

Предмет дослідження – формування культури професійного здоров'я як компонент теорії і практики професійної підготовки майбутніх соціальних педагогів.

Мета дослідження – теоретично обґрунтувати й експериментально перевірити модель системи формування культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів у процесі професійної підготовки.

Завдання дослідження:

1. На основі аналізу наукової літератури визначити сутність, функції та структурні компоненти культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів.

2. Розробити критерії та показники рівнів сформованості культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів.

3. Дослідити сучасний стан сформованості культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів.

4. Обґрунтувати та експериментально перевірити ефективність змодельованої системи формування культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів.

Для досягнення мети та вирішення поставлених завдань використано такі **методи** дослідження:

– *теоретичні*: історико-педагогічний, порівняльний, термінологічний аналіз базових категорій для уточнення понятійного поля дослідження, метод системно-структурного аналізу, моделювання, узагальнення, проектування для обґрунтування моделі системи формування культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів;

– *емпіричні*: спостереження, самоспостереження, анкетування, бесіди, тестування, метод аналізу документації закладу вищої освіти для визначення рівнів сформованості культури професійного здоров'я соціальних педагогів, стану підготовки студентів до діяльності окресленого напрямку; експеримент для перевірки ефективності розробленої моделі системи формування культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів;

– *методи математичної статистики*: статистичний аналіз, метод визначення збігів і розбіжностей експериментальних даних, вимірюваних у порядковій шкалі, для якої використано критерій однорідності χ^2 .

Експериментальна база дослідження. Дослідження проводилося упродовж 2011–2017 рр. на базі Тернопільського національного педагогічного університету імені Володимира Гнатюка, Дрогобицького державного педагогічного університету імені Івана Франка, Ужгородського національного університету, Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка. Всього дослідженням було охоплено 217 студентів, 14 викладачів закладів вищої освіти, 18 соціальних педагогів.

Наукова новизна та теоретичне значення дослідження полягає в тому, що *вперше*:

– обґрунтовано модель системи формування культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів, яка відображає взаємозв'язок і взаємодію її структурних компонентів: мета і завдання підготовки; загальнонаукові і специфічні принципи підготовки, структурні компоненти культури професійного здоров'я (мотиваційно-ціннісний, емоційно-вольовий, змістово-операційний, рефлексійно-оцінний); зміст підготовки, основу якого становить програма формування культури професійного здоров'я (теоретична підготовка, практична підготовка, науково-дослідницька діяльність, волонтерська діяльність); етапи реалізації програми формування культури професійного здоров'я (потребнісно-критичний, інформаційно-ціннісний, креативно-практичний); методи (ділові ігри, групові дискусії, кейс-метод, портфоліо, проблемна лекція-бесіда, проекти, соціально-психологічний тренінг, тренінг асертивної поведінки, мозковий штурм, імітаційно-рольове моделювання професійних ситуацій), форми (лекції, практичні заняття, семінар-тренінг «Конструктивне подолання професійних труднощів соціально-педагогічної діяльності», виконання творчих завдань та спеціально розроблених завдань під час соціально-педагогічної практики й у процесі волонтерської діяльності, індивідуальні

навчально-дослідницькі завдання, консультації, самостійна робота) та засоби (навчально-методичні комплекси навчальних дисциплін, Інтернет-ресурси, діагностичні методики) підготовки; педагогічні умови формування культури професійного здоров'я; моніторинг сформованості культури професійного здоров'я; результат;

– виокремлено, теоретично обґрунтовано педагогічні умови формування культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів (формування здоров'ятворчих мотивів та ціннісних установок на досягнення особистісного та професійного благополуччя; стимулювання пошуково-дослідницької діяльності для поглиблення наявних та оволодіння новими знаннями з питань збереження і зміцнення професійного здоров'я; популяризація здорового способу життя в освітньому середовищі закладу вищої освіти та вдосконалення змісту навчання через валеологізацію змісту навчальних програм; орієнтація на самостійну здоров'язбережувальну діяльність через самовиховання, самоосвіту та самооздоровлення);

– визначено критерії (ціннісне ставлення до професійного здоров'я, емоційно-вольова регуляція здоров'язбережувальної діяльності, володіння здоров'язбережувальними знаннями та вміннями, розуміння особистої відповідальності за стан власного професійного здоров'я) і відповідні їм показники сформованості культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів;

– створено модель культури професійного здоров'я соціального педагога, в якій відображені її функції (аксіологічна, регулятивна, гносеологічна, превентивна, рефлексійна, креативна), структурні компоненти (мотиваційно-ціннісний, емоційно-вольовий, змістово-операційний, рефлексійно-оцінний), критерії, показники і рівні (елементарний, репродуктивний, достатній, творчий) її сформованості.

Подальшого розвитку набули форми і методи формування культури професійного здоров'я, положення про роль активності особистості майбутнього соціального педагога у здоров'ятворчій діяльності.

Практичне значення одержаних результатів полягає у розробленні й упровадженні у практику роботи закладів вищої освіти навчального курсу (змістового модуля) «Професійне здоров'я соціального педагога», створенні його навчально-методичного забезпечення, розробленні методики діагностики рівнів сформованості культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів. Матеріали дослідження можуть використовуватися у вищій школі для підготовки соціальних працівників, для написання курсових, бакалаврських і магістерських робіт.

Результати дослідження впроваджено в освітній процес Тернопільського національного педагогічного університету імені Володимира Гнатюка (довідка № 970/38/03 від 05.09.2017р.), Дрогобицького державного педагогічного університету імені Івана Франка (акт № 2932/А від 27.09.2017р.), Ужгородського національного університету (довідка № 5433/01-27 від 15.11.2017р.).

Апробація результатів дослідження. Основні положення, висновки і результати дисертаційного дослідження доповідалися на науково-практичних конференціях різних рангів:

– *міжнародних*: «Україна наукова» (Київ, 2011р.), «Здоров'я, освіта, наука і самореалізація молоді» (Рівне, 2012р.) «Соціум. Наука. Культура» (Київ, 2012р.), «Сучасна наука в мережі Internet» (Київ, 2012р.), «Новые технологии в образовании» (Белгород, 2013р.), «В мире научных открытий» (Москва, 2014р.);

– *всеукраїнських*: «Проблеми компетентнісного підходу у підготовці майбутніх учителів: тенденції та перспективи», (Кривий Ріг, 2012р.), «Педагогіка здоров'я» (Харків, 2016р.).

Публікації. Основні положення і висновки дисертації висвітлено в 13 наукових працях, з яких – 6 статей у наукових фахових виданнях України, 1 стаття у закордонному науковому періодичному виданні, 6 тез у збірниках матеріалів науково-практичних конференцій.

Структура й обсяг дисертації. Робота складається зі вступу, двох розділів, висновків, списку використаних джерел (230 найменувань), 14 додатків на 51 сторінці. Загальний обсяг дисертації становить 263 сторінки, з них 179 сторінок основного тексту. Роботу ілюстровано 4 таблицями і 8 рисунками.

РОЗДІЛ 1.

ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ФОРМУВАННЯ КУЛЬТУРИ ПРОФЕСІЙНОГО ЗДОРОВ'Я МАЙБУТНІХ СОЦІАЛЬНИХ ПЕДАГОГІВ

Для з'ясування наукових основ побудови процесу формування культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів необхідно визначити сутність і структуру цього явища, дослідити сучасний стан сформованості культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів, виявити характерні особливості соціально-педагогічної діяльності та особливості підготовки майбутніх соціальних педагогів, Вирішенню цих питань присвячений перший розділ нашого дослідження.

1.1. Здоров'я соціального педагога як компонент загального здоров'я і чинник успішної професійної діяльності

Для виявлення сутнісних характеристик феномена культури професійного здоров'я соціального педагога, насамперед, необхідно вирішити питання про співвідношення базових понять: «культура», «здоров'я», «культура здоров'я», «професійне здоров'я», «професійне здоров'я соціального педагога», «професійно-педагогічна культура» та здійснити їх аналіз.

У рамках найбільш загального, філософського уявлення про світ концепт «культура» розглядається як соціально-прогресивна творча діяльність людства у всіх сферах буття і свідомості [69, с.61]. У трактуванні поняття «культура» найбільш суттєвими її атрибутами є глибоке, усвідомлене і шанобливе ставлення до спадщини минулого, здатність до творчого розуміння і перетворення дійсності в тій чи іншій сфері діяльності та відносин [112, с.58].

Поза культурою, культурним оформленням поведінки та діяльності людини втрачається доцільність і цілеспрямованість її розвитку, сенс існування, оскільки у них виражається людський досвід, суспільні традиції і

механізми їх реалізації на практиці. Рівень розвитку культури є вирішальною умовою прогресу суспільства і людини. Культура є універсальне явище, яке пронизує всі сфери суспільного життя і види людської діяльності [33,с.185]. Залежно від цього розрізняють політичну, економічну, духовну, правову, фізичну, педагогічну, професійну, валеологічну культуру.

Культура являє собою історично визначений рівень розвитку суспільства, творчих сил та здібностей людини, виражається у типах та формах життєдіяльності людей, а також у створюваних ними матеріальних та духовних цінностях. Поняття «культура» вживається для характеристики визначених історичних епох, конкретних суспільств та націй, специфічних сфер діяльності та життя.

Культура охоплює: результати конкретної діяльності (знаряддя праці, твори мистецтва); засоби спілкування людей (мораль і право); характерні особливості свідомості; здібності людей, які реалізуються в їх діяльності (знання, вміння, навички). У конкретних сферах суспільного життя культура характеризує різні особливості свідомості, поведінки та діяльності людей. Культурі притаманні цілісність, спадкоємність у засвоєнні досягнень та традицій, взаємозв'язок загальнолюдського та національного. На думку Е.Вайнера, культура віддзеркалює міру усвідомлення й оволодіння людиною своїми відношеннями до самого себе, суспільства, природи, ступінь і рівень саморегуляції її сутнісних характеристик [2, с.41]. Досліджуючи феномен «культури» з позиції системно-цілісного підходу, Л.Іларіонова визначає цю категорію як продукт суспільства, найважливіший аспект суспільного життя, який забезпечує накопичення і передачу цінностей наступним поколінням. Цінності науковець вважає основою і фундаментом культури, що обґрунтовують норми або очікування і стандарти, і реалізуються в процесі взаємодії людей. У результаті засвоєння цінностей, вірувань, норм, правил та ідеалів відбувається формування особистості і регулювання поведінки. Культурне життя без цінностей неможливе, тому що вони надають суспільству необхідний ступінь порядку і передбачуваності. У зв'язку з цим

через систему цінностей здійснюється регуляція людської діяльності [46, с.21]. На думку Л. Соколенко, рівень розвитку культури є вирішальною умовою прогресу суспільства і людини [123, с.209].

Узагальнення різних підходів до інтерпретації поняття «культура» дає змогу стверджувати, що культура є способом і результатом людської діяльності; вона являє собою складне, багатofункціональне, соціальне явище і здійснює значний вплив на суспільне виробництво, відносини, формування особистості. Сутністю культури є гуманістична, загальнолюдська спрямованість на суспільні цінності, прийняті особистістю в процесі її соціалізації.

Звернімось до розгляду поняття «*професійно-педагогічна культура*» як компонента загальної культури.

Професійно-педагогічна культура розкриває особливості професійної діяльності педагога та його професійно-особистісні якості. Вчені, досліджуючи феномен професійно-педагогічної культури з позиції системного підходу, підходять до її аналізу як до динамічної системи педагогічних знань, умінь, цінностей, діяльності і професійної підготовки.

Під професійно-педагогічною культурою Є. Захарченко розуміє частину, прояв загальнолюдської культури в педагогічному процесі, синтез різних аспектів культури – педагогічного знання, світогляду, мислення, почуттів, мови, дій, спілкування [40, с.3]. І. Ісаєв визначає професійно-педагогічну культуру через ефективність професійно-педагогічної діяльності як інтегральної якості особистості, що є умовою і передумовою ефективної педагогічної діяльності, трактує її як узагальнений показник професійної компетентності, як мету професійного самовдосконалення, що містить аксіологічний, технологічний, особистісно-творчий компоненти [50, с.113].

Учений П. Щербань, досліджуючи сутнісні аспекти педагогічної культури, визначає її як частину загальної культури, в якій з найбільшою повнотою відображені духовні і матеріальні цінності освіти і виховання, а також способи творчої педагогічної діяльності, необхідні для обслуговування

історичного процесу зміни поколінь, соціалізації особистості і здійснення освітнього процесу. П. Щербань визначає поняття педагогічна культура в філософській площині як:

- систему цінностей-регуляторів педагогічної діяльності (аксіологічний підхід);
 - передумову, мету, засіб, інструмент педагогічної діяльності, рівень самореалізації в ній, її результат і критерій оцінки (діяльнісний підхід);
 - концентроване вираження особистості педагога (особистісний підхід)
- [146, с.68].

М. Віленський розглядає культуру педагога як інтегративну характеристику особистості, яка охоплює певний рівень розвитку творчих сил і здібностей, виражених в типах і формах організації життя і діяльності [25, с.84]. У розумінні Н. Крилової, професійно-педагогічна культура відображає зрілість і розвиненість всієї системи соціально-значущих якостей особистості, продуктивно реалізований в індивідуальній діяльності [62, с.84]. На думку А. Барабанщикова, педагогічна культура – це синтез педагогічних переконань і майстерності, педагогічної етики та професійно-педагогічних якостей, стилю навчально-виховної роботи і ставлення педагога до своєї справи і самого себе [8, с.64]. Вивчення сутнісних аспектів професійно-педагогічної культури та дослідження її ролі в професійній діяльності педагога дали змогу С. Федоровій стверджувати, що педагог є ключовою фігурою системи освіти. Рівнем розвитку його професіоналізму і моральної культури визначаються різні досягнення, як в цій сфері, так і в розвитку суспільства загалом [132, с.75].

Учені С. Батишев, В. Сластьонін визначають трьохкомпонентну модель професійно-педагогічної культури, поєднуючи творчий і особистісний компоненти. На їхню думку, особистісно-творчий компонент професійно-педагогічної культури розкриває механізм її оволодіння і втілення як творчий акт [120, с.112]. О. Гомонюк, досліджуючи процес самовиховання як складник професійно-педагогічної культури майбутнього соціального

педагога, стверджує, що розвинена потреба в самовихованні та самоосвіті – основна ознака сформованості професійно-педагогічної культури майбутнього соціального педагога. У процесі проведення наукових досліджень учена дійшла висновку, що для розвитку професійно-педагогічної культури в майбутніх соціальних педагогів значний ефект дає поєднання технологій особистісно орієнтованого навчання, проблемного навчання і моделювання майбутньої професійної діяльності майбутніх соціальних педагогів. Вона відзначає, що період навчання у вищій школі є найвідповідальнішим у становленні особистості майбутнього фахівця. У цей час в нього формуються ціннісні установки, життєва позиція, ставлення до себе, своєї професії, навколишнього світу. Тому саме в цей період необхідно, щоб зміст системи освіти охоплював цінності і норми культури, мистецтво, мораль. Всі досягнення духовної сфери життя повинні бути орієнтовані на особистість майбутнього фахівця, пронизувати всі структури цілісного педагогічного процесу, забезпечувати його орієнтацію на гуманітарно-особистісний розвиток майбутніх фахівців [31, с.65].

Науковець А. Капська зазначає, що професійна культура, крім необхідних знань, умінь та навичок охоплює певні особистісні якості, норми ставлення до різних компонентів професійної діяльності. Вона обґрунтовує необхідність використання трьох основних підходів (аксіологічного, діяльнісного, особистісного) для кращого усвідомлення сутності професійної культури працівників соціальної сфери. Аксіологічний підхід до визначення поняття «професійна культура соціального працівника» дає змогу виявити цінності, на які орієнтується соціальна робота; діяльнісний – досліджувати засоби і способи соціальної роботи як діяльності, що забезпечує реалізацію цих цінностей; особистісний – виявити актуальні властивості особистості соціального працівника-професіонала як суб'єкта, що саморозвивається [53, с.145].

Отже, категорія «професійно-педагогічна культура» є частиною загальної культури, яка відображає гуманне ставлення особистості до своєї

професії (яке проявляється повсякденно в інтересах морального здоров'я суспільства, середовища та соціального прогресу); містить в собі умову високого (мистецького) рівня виконання професійних обов'язків.

Звернімось до аналізу поняття *«соціально-педагогічна культура»*.

За визначенням учених Н. Краснової, С. Харченко, Л. Харченко, соціально-педагогічна культура – це засвоєний людиною соціальний досвід педагогічної діяльності у співвідношенні до віку та сфери життєдіяльності, який проявляється повсякденно. Педагогічну культуру фахівця соціальної сфери вони розуміють як рівень засвоєння фахівцем педагогічного досвіду та його прояву в процесі професійної діяльності [138, с.56]. Для фахівця соціальної сфери педагогічна культура має особливе значення, тому що він працює з людьми, які мають особливі потреби, соціальні проблеми. Ця категорія людей особливо потребує безпосередньої допомоги. Соціально-педагогічна культура – це динамічна система цінностей, засобів діяльності і професійної поведінки соціального педагога, компонентами якої є: а) соціально-педагогічна позиція та особисті якості; б) професійні знання та культура мислення; в) професійні вміння та творчий характер соціально-педагогічної діяльності; г) саморегуляція особистості і культура професійної поведінки соціального педагога [139, с.341].

С. Харченко [210] виділяє внутрішній і зовнішній складники соціально-педагогічної культури. Внутрішній складник – це не тільки рівень знань та вмінь у галузі педагогіки, а й сформовані особистісні установки, ідеали, потреби, мотиви, які визначають сферу і умови їх повсякденного прояву. Основними компонентами внутрішньої культури соціального педагога є:

а) особистість соціального педагога (внутрішня своєрідність) з його індивідуально-психологічним та соціально-педагогічним достоїнствами та недоліками – індивідуально-особистий рівень;

б) обсяг та ступінь засвоєння соціальним педагогом накопиченого у професійній діяльності педагогічного досвіду. Це – теоретичний (світоглядний) рівень педагогічної культури. Він визначає раціональний

рівень (компонент) і показує, які психолого-педагогічні знання і як засвоєні соціальним педагогом; якою мірою вони можуть бути використані у професійній діяльності;

в) сформоване у соціального педагога чуйне ставлення до об'єкта, соціально-педагогічної праці, її результатів, їх педагогічних складників та самовдосконалення у педагогічній сфері – це емоційний рівень педагогічної культури. Він формується та закріплюється у процесі оволодіння досвідом соціально-педагогічної діяльності і характеризує: випробування почуття (симпатії або антипатії, поваги, байдужість та ін.) до об'єкта соціально-педагогічної діяльності, самодіяльності; його переживання в процесі соціально-педагогічної діяльності, а також в оцінці одержаних результатів; розвиток потреби у пізнанні та оволодінні новим для нього досвідом у соціально-педагогічній діяльності. Емоційний рівень дуже часто визначає внутрішнє ставлення соціального педагога до педагогічної діяльності у процесі роботи, потребу в педагогічному самовдосконаленні, характеризує його внутрішню моральну культуру. Раціональний та емоційний компоненти соціально-педагогічної культури реалізуються та проявляються через саму особистість, її вольовий компонент. Він характеризується сформованими морально-вольовими якостями соціального педагога, які визначають його здібності реалізовувати свій особистий соціально-педагогічний досвід у професійній діяльності. Внутрішній складник соціально-педагогічної культури – це повсякденний прояв ставлення соціального педагога до об'єкта та результатів соціально-педагогічної діяльності. За своєю сутністю *внутрішня* соціально-педагогічна культура соціального педагога є накопичений ним соціально-педагогічний досвід як частина соціально-педагогічної діяльності та сформоване ставлення до неї; *зовнішня* – індивідуальний стиль професійної діяльності соціального педагога. Зовнішній аспект соціально-педагогічної культури соціального педагога – це прояв особистого досвіду в індивідуальному стилі його діяльності.

Індивідуальний стиль діяльності соціального педагога – це своєрідність індивідуального прояву професійної майстерності та техніки в процесі соціально-педагогічної діяльності й охоплює:

- прояв соціального педагога як особистості фахівця-професіонала;
- моральний ідеал соціального педагога у професійній діяльності – визначає сформовані у нього ставлення та характер прояву в соціально-педагогічній діяльності;
- ставлення соціального педагога до себе, дітей, колег, батьків, своєї роботи з ними;
- своєрідність реалізації професійної майстерності у процесі діяльності через: використання соціально-педагогічних технологій, методів та методик, засобів та прийомів; прояв педагогічної техніки соціального педагога; педагогічний такт та етика в процесі соціально-педагогічної діяльності, виконання етичних норм і правил; рівень одержаних результатів [109, с.57].

Учені зазначають, що важливим складником індивідуального стилю, є індивідуальний імідж як зовнішній прояв особистісної культури та професійної компетентності. Імідж, з одного боку, має особистісний, індивідуальний відтінок, а з іншого, – це сприйняття особистості оточенням. Імідж містить в собі показники декількох рівнів: зовнішнього вигляду, психологічних властивостей, соціальних особливостей.

Від правильно сформованого іміджу значною мірою залежить психологічне, соціальне, моральне, соматичне і фізичне здоров'я як учасників освітнього процесу, так і соціального педагога [95, с.92]. Учені О. Лагода, К. Стеценко теж солідарні з такою думкою, вони зазначають, що загалом створення іміджу відбувається в кількох напрямках: фізичний імідж (формується станом здоров'я, одягом, зачіскою, макіяжем); психологічний (характером, темпераментом, внутрішнім світом); соціальний (визначається роллю у суспільстві, поведінкою та комунікативними здібностями) [65, с.56].

Отже, «соціально-педагогічна культура», її структура не тільки визначає стиль поведінки соціального педагога, його ставлення до своєї

професії, суб'єкта соціально педагогічного впливу, оточуючого світу, але і певним чином впливає на стан здоров'я соціального педагога та учасників соціально-педагогічної діяльності.

Звернімось до аналізу поняття «здоров'я».

Висновки наукових досліджень, присвячених проблемі здоров'я, свідчать про те, що проблема формування та збереження здоров'я є однією з найважливіших на сьогоднішній день. Важливе значення у формуванні здоров'я має поінформованість людини щодо згубної дії шкідливих звичок на організм людини (вживання алкоголю, наркотиків, тютюнопаління, невпорядковані статеві відносини), необхідності збереження навколишнього середовища. Вчені зазначають, що процеси здоров'яформування, здоров'язбереження, здоров'ятворення об'єднує спільна спрямованість на створення умов для забезпечення особистості відчуття внутрішньої гармонії та комфорту, її успішної адаптації у соціальному середовищі, самореалізації в особистому житті та професії. Г. Апанасенко [5, с.76], Є. Шульгін [145, с.8] розмежовують поняття «формування здоров'я», «збереження здоров'я», «здоров'ятворення».

Під *формуванням здоров'я* розуміють створення оптимальної (в межах можливостей генотипу) психосоматичної конституції та попередження можливих захворювань; *збереження здоров'я* трактують як комплекс заходів для підтримання, зміцнення і відновлення здоров'я індивіда; *здоров'ятворення* визначають як виховання нової моделі особистості, що ґрунтується на критеріях здорового способу життя і реалізується у процесі активного довголіття.

Проте аналіз сутності цих понять свідчить, що між ними є відмінні ознаки, які їх розмежовують.

У сучасній науковій літературі поки що немає чіткого визначення сутності та кількісної міри здоров'я, проте спрямованість учених у розв'язанні цих завдань, свідчить про їхню актуальність і суспільну значущість. Вивчаючи проблему здоров'я, Б. Ільїн визначає його як

функціональний стан організму, що забезпечує тривалість життя, фізичну і розумову працездатність, самопочуття і функцію відтворення здорових нащадків [47, с.19]. Ю.Лісіцин трактує здоров'я в медичному аспекті і визначає його як гармонійне поєднанням біологічних та соціальних якостей, природжених і набутих, а хвороба є порушенням цієї гармонії і поєднання названих якостей [67, с.174].

Цікавим, на наш погляд, є трактування категорії «здоров'я» Г. Царегородцевою, яка визначає здоров'я як стан гармонійної саморегуляції і динамічної рівноваги із середовищем, сукупність психосоматичних станів організму, що забезпечує можливість оптимального функціонування людини в різних сферах життя [140, с.115]. Є. Кудрявцева розуміє здоров'я індивіда як стан його організму, який забезпечує повноцінне й ефективне виконання ним соціальних функцій» [63, с.11].

На основі аналізу наукових джерел можна стверджувати, що здоров'я людини – це природний стан її організму, що характеризується нормальним узгодженим, збалансованим перебігом всіх процесів і діяльністю всіх функцій, які забезпечують йому необхідну активність у взаємодії з навколишнім середовищем. Учені у поняття здоров'я включають і соціальну повноцінність людини.

Найбільш відомим в науковій літературі є визначенням здоров'я ВООЗ – це стан повного фізичного, душевного (духовного) та соціального благополуччя, а не лише відсутність хвороб чи фізичних вад. Учені зазначають, що для поліпшення здоров'я (індивідуального чи суспільного) необхідна наявність певних передумов. Основними з таких передумов ВООЗ визнала: наявність миру; наявність даху над головою; прояв соціальної справедливості, рівності, неупередженості; освіту; оптимальне харчування; наявність постійного прибутку; стабільність екосистеми; достатність сталих ресурсів [42, с.14].

Учена В. Оржеховська, розглядає здоров'я людини в духовному, психологічному, фізичному, соціальному аспектах.

Духовний аспект здоров'я – це розуміння нами цілісності особистості, яка визначає сенс життя людини, її гармонійність, як індивідуума, так і у спілкуванні з оточуючими. Невід'ємною частиною духовного здоров'я людини є її здатність до співпереживання та співчуття, добросовісність, доброзичливість, порядність, терпимість.

Психологічний аспект здоров'я – це збалансованість психічних процесів та їх проявів, тобто здатність особистості керувати собою за умов життєвих навантажень на основі взаєморозуміння й емоційного комфорту в суспільстві, а також особистого внутрішнього комфорту.

Фізичний аспект здоров'я передбачає оптимальне, тобто без істотних відхилень, функціонування всіх систем організму людини. При цьому поняття «фізичне здоров'я» пов'язують з умінням володіти своїм тілом, фізичною витривалістю, високим рівнем працездатності.

Соціальний аспект здоров'я – це, передусім, сформована громадська відповідальність за виконання соціальних ролей у суспільстві; позитивно спрямована комунікативність; доброзичливість у ставленні до людей, здатність до самоактуалізації у колективі, самовиховання [103, с.3].

В. Сухомлинський, надаючи великого значення духовному здоров'ю особистості, у книзі «Як виховати справжню людину» зазначав, що «духовне багатство людини – один з найважливіших показників її всебічного розвитку». Не випадково стародавня культура і медицина приділяли увагу такій системі виховання, в якій поєднувалися б фізичний і духовний розвиток людини, злилися б розумове, моральне і естетичне виховання [204, с.118].

Проблема здоров'я людини привертала до себе увагу на різних етапах розвитку нашого суспільства і науки. Вчені по-різному підходять до розуміння здоров'я: здоров'я є сумою резервних можливостей основних функціональних систем (М. Амосов); комплекс резервних можливостей організму, що забезпечують соціальну активність при максимальній тривалості життя (В. Казначеев); здоровою є людина, в якій збережена рівновага між всіма органами тіла (Гіпократ); показник культури людини в

цілому, оскільки воно за внутрішньою своєю суттю являється показником гармонії практичного та теоретичного плану буття, мірою узгодженості в людині природного і соціального начал (Г. Пастушок). Учені М. Вовк, В. Гриценко, А. Котова, трактують здоров'я людини як нормальне функціонування всіх її статусів, як потенційного базису індивідуума і адекватний системно-середовищний прояв особистості» [35, с.25].

І. Брехман визначає здоров'я людини як здатність зберігати відповідну віку стійкість в умовах різких змін кількісних і якісних параметрів триєдиного потоку вербальної, структурної та сенсорної інформації. Ця характеристика здоров'я є суто якісною і не дає змоги оцінити рівень здоров'я конкретної людини, а тим більше з'ясувати ступінь впливу на здоров'я різних факторів (способу життя, діяльності, зовнішнього середовища, спадковості та ін.) [14, с.156].

Досліджуючи здоров'я з позиції наукового і ціннісного змісту А. Іванюшкін виокремлює три рівні благополуччя людини: біологічний – спочатку здоров'я передбачає досконалість саморегуляції організму, гармонію фізіологічних процесів і як наслідок – максимум адаптації; соціальний – здоров'я є мірою соціальної адаптації, діяльнісного ставлення людського індивіда до світу; особистісний (психологічний) – здоров'я є не тільки відсутність хвороби, але й її подолання, попередження (здоров'я – не тільки стан організму, але і «стратегія життя людини») [45, с.30;70, с.39].

Цікавим, на наш погляд, є визначення здоров'я, яке сформулював Д. Венедиктов. Учений визначає здоров'я як системне поняття, що носить інтегрований характер. Здоров'я людини визначається ним як «динамічна рівновага організму з навколишнім середовищем, коли всі закладені в біологічній та соціальній сутності людини фізичні, духовні та інші здібності виявляються найбільш повно і гармонійно, всі життєво важливі підсистеми людського організму функціонують з максимально можливою інтенсивністю, а загальне поєднання підтримується на рівні, оптимальному для збереження цілісності організму, його працездатності, а також швидкої адаптації до

природного й соціального середовища, що безперервно змінюється» [24, с.136].

Особлива увага в сучасних педагогічних дослідженнях, як вважає О. Шукатка, приділяється проблемі здоров'я, де це поняття розглядається вченими у таких аспектах:

- як соціально-біологічна основа життя всієї нації та як результат політики держави, що створює у своїх громадян духовну потребу ставитися до свого здоров'я як до основної цінності;

- як цілісний, гармонійний стан, що залежить від дотримання людиною оптимальної організації своєї життєдіяльності;

- як стан постійної усвідомленості й відповідальності людини перед собою та довкіллям;

- як природний «психофізичний і духовний стан людини, який забезпечує її повне біосоціальне функціонування, фізичну та інтелектуальну працездатність, достатню адаптацію до природних впливів і мінливості зовнішнього середовища»;

- як показник якості навколишнього середовища, що характеризується повною рівновагою організму з біосферою та ін. [144, с. 168].

Отже, здоров'я являється єдиною загальнолюдською та індивідуальною цінністю, оскільки всі інші загальнолюдські цінності є, по суті, лише засобами, які забезпечують здоров'я особистості.

Ученими встановлено, що здоров'я людини залежить від чотирьох основних груп чинників: стану навколишнього середовища, генетичних чинників, способу життя, а також діяльності системи охорони здоров'я, її служб і установ. Значною мірою на здоров'я людини впливає і її професійна приналежність, оскільки кожна професія містить в собі певні загрози для здоров'я людини. Професія «соціальний педагог» теж пов'язана зі специфічним ризиком. Це обумовлено тим, що професійна діяльність соціального педагога відноситься до розряду складних, стресогенних, найбільш напружених у психологічному плані, таких, що вимагає від

соціального педагога великих резервів самовладання і саморегуляції. На це є певні об'єктивні причини: комунікативні перевантаження, велике емоційне напруження, поява певних професійних деформацій, соціальна незахищеність і низький статус професії у масовому сприйманні [134, с.290]. Крім того, професія соціального педагога належить до так званих хелперських (від англ. help – допомагати), оскільки пов'язана з роботою у системі «людина-людина», наданням підтримки і допомоги тим категоріям населення, які в силу певних обставин не можуть самостійно задовольнити свої соціальні потреби [136, с.58].

Переходимо до аналізу сутності поняття «*професійне здоров'я*».

Аналіз зарубіжної і вітчизняної наукової літератури свідчить про відсутність однозначного підходу до проблеми професійного здоров'я. Це зумовлено тим, що тривалий час здоров'я педагога не виокремлювалось з контексту загального здоров'я людини, а вивчалось у його загальній структурі. Протягом останніх років у сучасній психолого-педагогічній літературі проблемі професійного здоров'я присвячують свої наукові праці багато вчених (Е. Зеєр, Є. Іванов, В. Карвасарський, О. Крайнюк, Г. Мешко, В. Пономаренко, Т. Сущенко та ін.).

Розроблення психологічного тезаурусу професійного здоров'я лежить в основі досліджень В. Конена, Л. Мітіної, Г. Нікіфорова, В. Полеського. При цьому вчені відзначають недостатню розробленість засобів активізації особистісних ресурсів педагога, які сприяють збереженню і зміцненню його професійного здоров'я.

Необхідність з'ясування причин виникнення професійного стресу, професійної дезадаптації, синдрому «емоційного вигорання» спонукали на проведення досліджень у цьому напрямі (О. Баранов, Н. Булатевич, В. Водоп'янова, О. Вороніна, Л. Карамушка, К. Масlach, Н. Самоукіна, В. Шепель, В. Щербатих, Я.Юрків). Сутнісні аспекти психологічної стійкості соціальних педагогів і умови її збереження є предметом дослідження Л. Аболіна, Н. Бакланової, Е. Журавльової та ін.

У сучасній науковій літературі використовується низка підходів для визначення сутності поняття «професійне здоров'я». Науковець А. Маркова досліджує професійне здоров'я через призму професійної компетентності, невід'ємними компонентами якої є здатність до індивідуального самозбереження; протидія професійному старінню; вміння раціонально організувати свою роботу; здійснення трудової діяльності в стані повної фізичної, психічної, емоційної рівноваги [74, с.97].

А. Маклаков професійне здоров'я педагога визначає як певний рівень здоров'я фахівця, що відповідає вимогам професійної діяльності і забезпечує її високу ефективність [73, с.21]. Питання збереження професійного здоров'я педагога знаходить своє відображення в наукових працях Л. Мітіної, яка доводить, що цю проблему потрібно розглядати в контексті загальної концепції здоров'я нації, тому що здоров'я підростаючого покоління великою мірою залежить від здоров'я і благополуччя педагогів. Професійне здоров'я педагога визначається нею як здатність організму зберігати і активізувати компенсаторні, захисні, регуляторні механізми, що забезпечують працездатність, ефективність праці і розвиток особистості педагога в усіх умовах протікання професійної діяльності [81, с.168]. Аксіологічний підхід до розуміння поняття професійне здоров'я зустрічається у роботах О. Пономаренка. За його визначенням, професійне здоров'я – це властивість організму зберігати необхідні компенсаторні, захисні механізми, що забезпечують професійну надійність і працездатність в усіх умовах професійної діяльності [108, с.206].

Більш системно і комплексно підходить до визначення поняття професійного здоров'я Г. Нікіфоров, який трактує його як інтегральну характеристику функціонального стану людини за фізичними і психічними показниками для оцінки її здатності до професійної діяльності, стійкості до несприятливих чинників, які супроводжують цю діяльність. У той же час він зазначає, що основним показником професійного здоров'я є працездатність, що відображає здатність до професійної діяльності із заданою ефективністю і

тривалістю протягом заданого періоду життя [94, с.286]. Німецький фізіолог Г. Леман не виокремлює якісної сторони працездатності і визначає її як максимум роботи, яку може виконати людина [66, с.245].

Узагальнивши різні підходи до визначення поняття «здоров'я», «професійне здоров'я», ми визначаємо *професійне здоров'я соціального педагога* як інтегральну особистісну характеристику, здатність соціального педагога протидіяти негативним професійним стрес-чинникам, виконувати свої професійні обов'язки без шкоди для власного здоров'я.

Однією з причин, яка призводить до погіршення професійного здоров'я людей, що працюють в системі «людина – людина», є виникнення «синдрому професійного вигорання». У зарубіжній науковій літературі цій проблемі присвячена значна кількість робіт (Е. Aronson, М. Cole, М. Leiter, С. Maslach, А. Pines, S. Jakson, S.Walker та ін.). Менше уваги приділено цьому феномену у вітчизняній науці, але протягом останніх років на цю тему опубліковано низку праць учених (М. Авраменко, В. Бойко, Н. Водоп'янова, Т. Зайчикова, К. Малевич, О. Папанова, А. Рукавішников, Е. Старченкова та ін.).

Учений Я. Юрків зазначає, що в процесі соціально-педагогічної діяльності часто виникають екстремальні ситуації, які супроводжуються стресом. Це призводить до погіршення фізичного, психічного здоров'я, порушення системи міжособистісних взаємин, зниження ефективності професійної діяльності, розвитку негативних установок щодо колег, клієнтів та ін. [147, с.77; 96 с.200]. Для того, щоб ефективно працювати, вважає науковець, соціальний педагог повинен вміти долати ті психологічні труднощі, з якими пов'язана його професійна діяльність і спілкування, тільки тоді в нього буде можливість захистити себе від розвитку синдрому «професійного вигорання».

Ученими встановлено, що для попередження синдрому «професійного вигорання» у соціальних педагогів, особливо в новачків, у яких ентузіазм і надмірні сподівання на початку професійної діяльності можуть швидко

перерости у фрустрацію і незадоволеність, потрібно знати особливості та причини його виникнення.

Учені виокремлюють чотири стадії розвитку процесу «професійного вигорання». Перша стадія – ентузіазм. Вона передає емоційне забарвлення, яке властиве для поведінки соціального педагога в цей період: бажання бути надмірно корисним, нереалістичні очікування від роботи; друга стадія – стагнації, яка супроводжується зменшенням очікувань до нормальних пропорцій і виходом особистої незадоволеності назовні; третя стадія – фрустрації – характерні збільшення труднощів, поява невпевненості у власній компетентності, зменшення толерантності і співчуття. Спостерігається зниження інтересу до роботи, потреби в спілкуванні (у тому числі й з близькими): «не хочеться бачити» тих, з ким фахівець працює, «тиждень триває нескінченно», прогресування апатії до кінця тижня, поява стійких негативних симптомів (немає сил, енергії, особливо в кінці тижня, головні болі ввечерами, «мертвий сон без сновидінь», збільшення кількості простудних захворювань, підвищена дратівливість, людина «заводиться», як кажуть, з півоберта, хоча раніше подібного вона за собою не помічала). Людина може почувати себе виснаженою навіть після гарного сну й навіть після вихідних. Завершальна стадія – апатія – проявляється захистом проти хронічної фрустрації за допомогою байдужості або депресії в поведінці соціального педагога. Людина може почати сумніватись у цінності своєї роботи, професії та самого життя. Характерна повна втрата інтересу до роботи і життя взагалі, емоційна байдужість, отупіння, відчуття повної відсутності сил. Спостерігаються порушення пам'яті та уваги, порушення сну, особистісні зміни. Людина прагне до усамітнення. На цій стадії приємнішими є контакти з природою і тваринами, ніж з людьми [115, с.90].

Соціально-педагогічна діяльність суттєво впливає на здоров'я соціального педагога, оскільки вона пов'язана з постійним перебуванням у середовищі проблемних категорій населення (діти, що потрапили у важкі життєві ситуації, «важкі» підлітки, неблагополучні сім'ї), що потребують від

соціального педагога відповідальності, емпатії, необхідності бути завжди готовим до надання соціально-педагогічної допомоги. Всі ці та інші обставини часто обумовлюють необхідність продовження робочого дня, постійні стреси, щоденні психічні перенавантаження, рольові конфлікти, дисбаланс між інтелектуально-енергетичними витратами і морально-матеріальною винагородою. Спрямованість фахівця вирішити всі проблеми одразу в поєднанні з незнанням шляхів профілактики і подолання професійної деформації, а також невміння планувати свою діяльність, переключатись з одного виду діяльності на інший, організовувати повноцінний відпочинок в більшості випадків призводить до виникнення професійних захворювань соціальних педагогів [92, с.18].

У процесі виконання професійних обов'язків соціальні педагоги часто змушені працювати в режимі максимального психологічного, інтелектуального та емоційного напруження, що згідно висновків учених (Л. Мардахаєв, Л. Мітіна, Н. Нікітіна, В. Подвойський) може призвести до їх професійної деформації. Деформація особистості характеризує зміну якостей і властивостей особистості (стереотипів сприйняття, ціннісних орієнтацій, характеру, способів спілкування та поведінки) під впливом тих чи інших факторів, які мають для неї життєво важливе значення. Професійна деформація – це зміна якостей і властивостей фахівця під впливом професійних факторів діяльності [75, с.211].

Учений Д. Трунов, досліджуючи феномен професійної деформації, визначив його як процес проникнення «Я-професійного» в «Я-людське», маючи на увазі те, що при професійній деформації вплив установок не обмежується професійною сферою [131, с.33]. Він вважає, що після виходу людини з професійної ситуації не відбувається її «виправлення», тому і в особистісній сфері життя людина продовжує нести на собі деформувальний відбиток професії.

Професійна деформація соціального педагога, на думку багатьох учених, виявляється у професійному жаргоні, манерах поведінки,

зовнішньому вигляді. Окремими виявами професійної деформації вважаються «управлінська ерозія», «синдром вигорання».

Невміння соціальних педагогів майстерно долати перешкоди на шляху досягнення особистісного і професійного благополуччя, попереджувати вплив негативних стрес-чинників у процесі здійснення соціально-педагогічної діяльності призводить до професійної деформації та загрози виникнення професійної кризи.

Учені А. Петровський, М. Ярошевський поняття «криза» трактують як особливі, відносно нетривалі періоди індивідуального розвитку особистості, що характеризуються різкими психологічними змінами [106, с.24]. Кризи у процесі професійного становлення особистості на сучасному етапі розвитку науки вважаються закономірними, оскільки вони мають два можливих шляхи вирішення: з одного боку, криза може призвести до особистісної та професійної дезадаптації, коли фахівець не може справитися зі своїми внутрішніми протиріччями, а з іншого боку, криза може спричинити подальший особистісний та професійний розвиток, це своєрідний «шанс» для фахівця перейти на вищий рівень професіоналізму. Результатом переживання кризи є певна метаморфоза особистості, переродження її, прийняття нового змісту життя, нових цінностей, нової життєвої стратегії, нового образу «Я». Позитивним вирішенням професійної кризи є подальший професійний розвиток фахівця. Тому для особистості важливо зрозуміти сутність професійної кризи та навчитись конструктивно спрямувати свою енергію для збереження професійного здоров'я та ефективності праці (Л. Виготський, А. Петровський, М. Ярошевський).

У результаті багаторічних досліджень сутнісних аспектів професійного здоров'я, чинників виникнення професійного стресу, професійної дезадаптації, синдрому емоційного вигорання, вчені (М. Березін, В. Бобрицька, Г. Зайцев, Г. Зайчикова, Л. Карамушка, М. Лейтер, С. Максименко, С. Маслач, Л. Мітіна, Г. Нікіфоров, Е. Рутман, Л. Смик, Н. Самоукіна, Т. Форманюк, В. Шепель, Ю. Щербатих) дійшли висновку, що

стан професійного здоров'я особистості залежить від трьох основних чинників: особистісного, рольового, організаційного.

Характерним для особистісного чинника вчені вважають невміння знаходити вихід із стресових ситуацій. Найбільш вразливими в професійній діяльності є ті працівники, які поведуться в стресових ситуаціях агресивно, нестримано, схильні до суперництва. Така поведінка, як правило, призводить до стану пригніченості, розчарування, депресії. Також до категорії людей, які легко піддаються професійному стресу, вчені відносять «трудоголіків», гуманних, ідеалістів, нестійких, інтравертних, «м'яких», здатних до співчуття людей, а також тих, хто відзначається низьким рівнем емпатії і схильністю до авторитаризму.

Важливого значення вчені надають і рольовим стрес-чинникам, що особливо помітно проявляються в тих професійних ситуаціях, в яких загальні дії працівників погано узгоджені, немає інтеграції зусиль, присутня конкуренція в ситуаціях, коли результат залежить від злагодженості і координації дій всіх працівників колективу. Вплив організаційних стрес-чинників присутній в ситуаціях, пов'язаних з виконанням працівниками складних за своїм характером доручень, недостатньою організованістю процесу праці, необ'єктивною оцінкою трудової діяльності, де характер керівництва може не відповідати змісту роботи. Організаційний чинник, який негативно впливає на професійну діяльність соціального педагога, також пов'язаний з неможливістю кар'єрного росту, відсутністю творчої автономії, надмірним контролем з боку керівництва, непрофесійністю управління та ін. [114, с.364].

На особистість соціального педагога впливають специфічні чинники професійної діяльності. До найбільш важливих із них, котрі істотно впливають на особистість і поведінку фахівця соціальної сфери, належить соціальний статус професії та суб'єкта професійної діяльності; зміст і результати соціально-педагогічної діяльності; робота з людиною, яка має соціальні проблеми (особливі потреби); авторитет керівника та колег; ступінь

тривалості та рівень емоційно-вольового вияву фахівця в професійній діяльності та ін. [76, с.197; 78, с.462].

Актуальним в ракурсі нашого дослідження є підхід Г. Мешко, котра виокремлює наступні групи чинників професійного здоров'я-нездоров'я педагогів:

- індивідуально-психологічні (спосіб життя, генетичні чинники, вік, стать, сімейний стан, освіта, стаж роботи, задоволення базових потреб);

- особистісні (особистісні диспозиції, рівень домагань, нейротизм, тривожність, особливості характеру, мислення, рівень професіоналізму, духовно-творчий потенціал, сформованість продуктивного стилю діяльності і спілкування);

- емоційні (стан емоційної сфери, особливості психоемоційних переживань);

- соціально-психологічні (коло спілкування, психологічний клімат у педагогічному колективі, рівень соціальної підтримки);

- організаційно-педагогічні (навчальне навантаження, умови праці, режим праці і відпочинку, тривалість робочого дня, наявність здоров'язберезувального освітнього простору у навчальному закладі) [79, с.5].

На думку М. Шухової, вплив організаційного чинника на професійне здоров'я значною мірою залежатиме від сприйняття відповідної ситуації самим працівником. Вона зазначає, що для збереження свого професійного здоров'я педагогам необхідно бути обізнаними у причинах виникнення, механізмах дії та наслідків впливу негативних чинників [10, с.68]. Не суперечить вищезазначеній теорії і розроблена С. Файнманом модель, у якій також ключова роль у протидії стрес-чинникам відводиться особистості соціального педагога [82, с.168]. Науковець вважає, що позитивна мотивація, здатність до самоконтролю, саморегуляції слугуватимуть соціальному педагогу основним інструментом у протидії негативним стрес-чинникам.

На основі аналізу й узагальнення праць учених ми виокремили такі чинники професійного здоров'я соціального педагога: неробочі елементи (дім; особисті взаємини); робочі елементи (офіційні ролі і взаємини, особливості клієнта, втрата успіху, вплив організації, інші переконання, суспільство); особливості працівника соціальної сфери (індивідуальні особливості, навички самоконтролю і саморегуляції); підтримка (всередині організації, за межами організації); реакція на стрес (хвороба, тривога, вигорання).

Важливим в контексті нашого дослідження є твердження О. Бажук про те, що порушення професійного здоров'я обумовлено тими факторами, які діють на особистість в конкретний проміжок часу і їхній вплив може бути зменшений через актуалізацію особистісних ресурсів, що попереджують виникнення симптомів професійного вигорання. Під ресурсами збереження професійного здоров'я і попередження виникнення професійного здоров'я вчена розуміє сукупність внутрішніх (особистісних) і зовнішніх (соціальних) ресурсів, яка має індивідуальний, мінливий профіль та самоорганізовується при взаємодії факторів вигорання особистості. Таким чином, під дією деструктивних факторів педагог витрачає фізичну і психічну енергію, а конструктивні фактори, навпаки, забезпечують можливість її продукувати. Якщо ресурсів збереження професійного здоров'я достатньо для того, щоб протидіяти факторам вигорання, які впливають на педагога, то результатом цієї взаємодії буде його енергійність, ефективність, продуктивність праці. У випадку, коли конструктивних ресурсів збереження професійного здоров'я недостатньо для того, щоб протидіяти деструктивним факторам, виникає загроза професійного вигорання соціального педагога [7, с.306]. Механізм трансформації факторів професійного вигорання в ресурси його подолання і збереження професійного здоров'я О. Бажук ілюструє у вигляді схеми (рис.1).

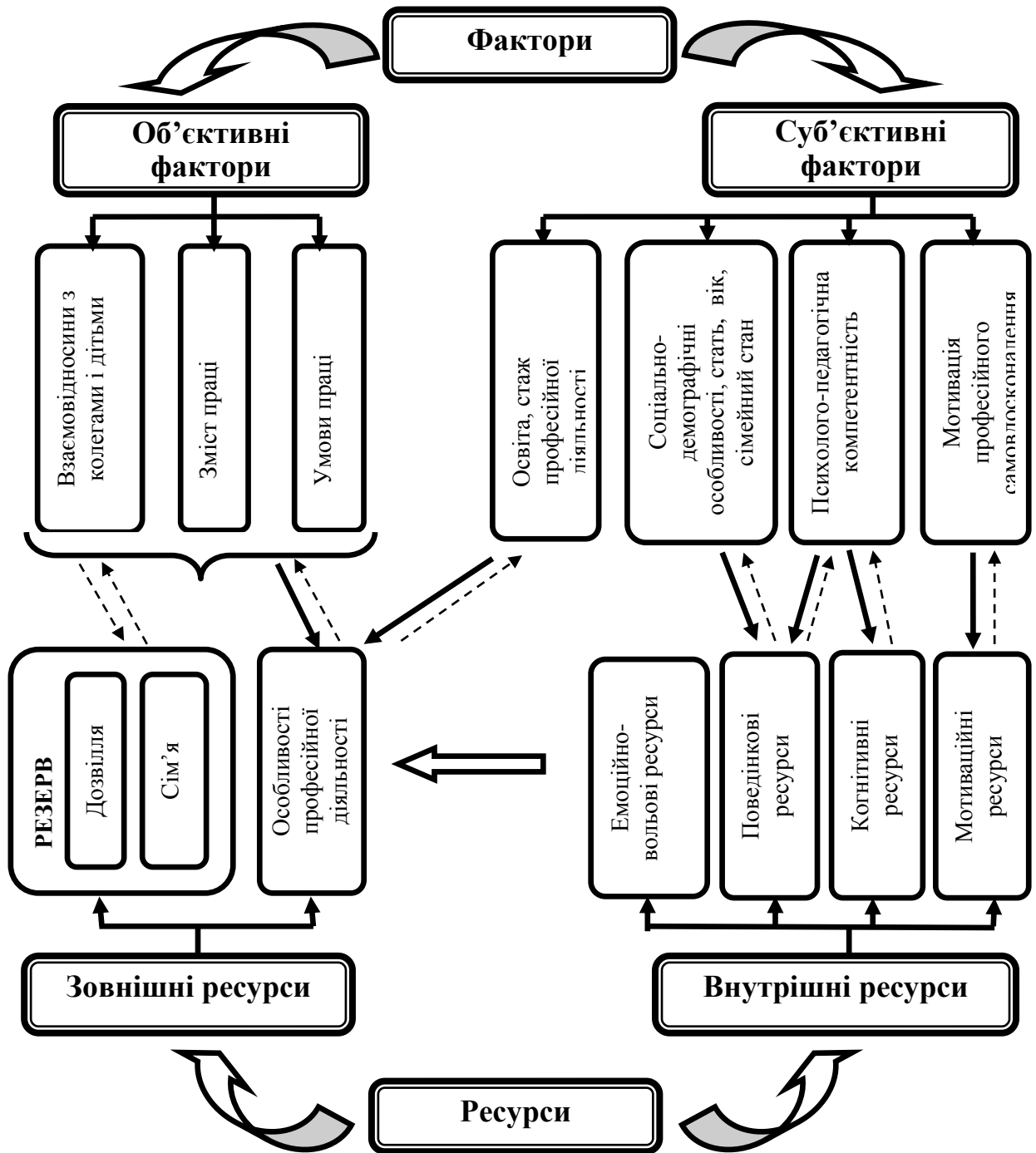


Рис. 1.1. Механізм трансформації факторів професійного вигорання в ресурси його подолання і збереження професійного здоров'я (за О. Бажук)

Досягнення фізичного, психічного та професійного благополуччя, на думку багатьох учених, неможливе без правильно обраного стилю та способу життя. Під способом життя Ю. Лісцін розуміє порядок громадського життя, побуту, культури, в межах якого відбувається життєдіяльність людей. Стиль життя являє собою індивідуальну особливість поведінки як одного з проявів життєдіяльності.

У філософії спосіб життя визначається як «типові для даних соціальних стосунків форми повсякденного життя та діяльності людей, котрі мають своє практичне втілення у нормах спілкування, поведінці і способі мислення» [133,с.143]. Спосіб життя вміщує три категорії: рівень життя (міра задоволення матеріальних, духовних та культурних потреб людини); якість життя (міра комфорту при задоволенні людських потреб); стиль життя (характеризує особливості поведінки у житті людини, тобто певний стандарт, під який налаштовується психологія та психофізіологія особистості) [107, с.143].

Правильно обраний спосіб життя сприяє соціалізації, професійній орієнтації особистості, що детермінує процес входження в професійну діяльність та обумовлює збереження професійного здоров'я. Отже, між поняттям «професійне здоров'я» і «способом життя» існує пряма залежність. Взаємозв'язок цих категорій, на наш погляд, найкраще розкриває зміст поняття «здоровий спосіб життя».

Н. Завидівська виокремлює індивідуальний стиль здорового способу життя, під яким вона розуміє притаманний людині комплекс засобів, методів і форм організації своєї рухової активності, що враховує її потреби, інтереси, можливості і зв'язок із професійною діяльністю і побутом [39, с.78].

За визначенням В. Слободяника, здоровий спосіб життя – це, насамперед, діяльність, активність особистості, групи людей, суспільства, що використовують матеріальні і духовні умови та можливості в інтересах здоров'я, гармонійного фізичного і духовного розвитку людини [121, с.142]. Учені стверджують, що поняття здорового способу життя не зводиться до окремих форм медико-соціальної активності (викорінювання шкідливих звичок, дотримання гігієнічних норм і правил, організація санітарної освіти, звернення за лікуванням чи порадою в медичні заклади, дотримання режимів праці, відпочинку, харчування тощо), які відображають ті чи інші сторони здорового способу життя.

В. Оржеховська вважає, що для розуміння методологічних основ здоров'я, здорового способу життя важливо розглядати його у співвідношенні тріади: здоров'я – здоровий спосіб життя – культура здоров'я. Під здоровим способом життя вона розуміє життєдіяльність, яка спрямована на збереження та покращення здоров'я людей. Учена доводить, що сформованість здорового способу життя, культури здоров'я не можливе без достатньої мотивації цієї потреби [104, с.36]. Л. Семеркова методологічною основою формування позитивної мотивації на здоровий спосіб життя в дітей та молоді вбачає гуманістичну модель освіти, сутність якої полягає у створенні сприятливої соціокультурної ситуації, готовності до формування в них суспільно значущої життєвої стратегії [116, с.31].

Здоровий спосіб життя, на думку М. Борисова, це науково обґрунтований, культурний найбільш раціональний і оптимальний в конкретних умовах; усвідомлений особистістю, як життєва необхідність способу життя майбутніх фахівців. Він спрямований на вирішення наступних завдань: формування всебічного гармонійного розвитку особистості; створення сприятливих умов для найбільш повної реалізації життєвих планів і потреб; підтримки високої працездатності і високого життєвого тону; забезпечення високої навчально-трудової діяльності і соціальної активності [13, с.34].

В. Бондін стверджує, що тільки усвідомлення себе в житті при постійному самовивченні, підвищенні свого рівня культури являється здоров'язбережувальним дороговказом при виборі індивідуального способу життєдіяльності. Він пропонує концепцію формування здорового способу життя [12, с.34].

Учені В. Коваль та В. Шахенко виокремлюють наступні складники здорового способу життя:

- безпечне природне середовище (гармонія співжиття з природою);
- цінності здоров'я (домінуючий у світогляді людини духовний пріоритет і відповідна психологічна установка);

- відсутність шкідливих звичок, (тютюнової, алкогольної, наркотичної залежності, безладних статевих взаємин);
- доступ до раціонального харчування (в тому числі, якісної питної води, необхідної кількості вітамінів, мікроелементів, протеїнів, жирів, вуглеводів, спеціальних продуктів і харчових добавок);
- соціальне середовище (якість житла, умови для пасивного і активного відпочинку, рівень психічної і фізичної безпеки на території життєдіяльності);
- умови праці (безпека не тільки у фізичному, а й у психологічному аспекті, наявність стимулів і умов професійного розвитку);
- рухова активність (використання засобів фізичної культури і спорту, різноманітних систем оздоровлення, спрямованих на підвищення рівня фізичного розвитку, його підтримку, відновлення після фізичних і психічних навантажень) [58, с.160; 143, с.79].

Дотримання здорового способу життя впливає на формування, збереження та зміцнення здоров'я, сприяє інтелектуальному і духовному розвитку особистості, успішному навчанню.

Цікавою є думка М. Амосова, котрий зазначив, що якби всі люди вели здоровий спосіб життя, то 90% з них не хворіли б [3, с.44].

Результатом сформованості здорового способу життя є культура здоров'я як інтегративна якість особистості і показник вихованості, що забезпечує певний рівень знань, умінь і навичок формування, відтворення та зміцнення здоров'я, що характеризується високим рівнем поведінки стосовно власного здоров'я та здоров'я оточуючих [127, с.139].

Звернімося до розгляду підходів щодо розуміння сутності *культури здоров'я*.

У сучасній педагогічній, валеологічній, медичній науці питання культури здоров'я особистості є предметом досліджень (Г. Апанасенко [5], Я. Белогурова [135], Ю. Бойчука [11], І. Брехман [15], А. Видюк [26],

С. Кириленко [56], Г. Кривошеєвої [60] та ін.). У науковій літературі культура здоров'я найчастіше розглядається як відображення ступеня усвідомленого, відповідального ставлення людини до самої себе, суспільства, природи, а також рівень її саморегуляції. Культура здоров'я являє собою набуті людиною морально-етичні та світоглядні установки, які відображають її відношення до власного здоров'я та здоров'я оточуючих. Культура здоров'я – особистісне утворення, яке може сформуватися тільки на основі активної, здоров'ятворчої діяльності. На думку В. Скуміна, культура здоров'я – це фундаментальна наука про людину та її здоров'я, інтегральна галузь знання, що розробляє і вирішує теоретичні й практичні завдання гармонійного розвитку духовних, психічних і фізичних сил людини, її оптимальної біосоціальної адаптації і місця існування [119, с.34]. В. Горашук культуру здоров'я розглядає у широкому і вузькому сенсі. У вузькому сенсі культура здоров'я визначається ним як якісна характеристика валеологічних, педагогічних, культурологічних знань і володіння оздоровчими технологіями, а у широкому розумінні як частина загальної культури людини, систему її цілісного розвитку [34, с.154].

Учений Ю. Бойчук визначає культуру здоров'я як єдиний спосіб ставлення до світу – гуманний і універсально-творчий. Вона утворює сенс, засіб і критерій життєтворчості, відповідно визначаючи сукупність формотворчих основ діяльності особистості. Реалізація культури здоров'я відбувається у сфері людської свободи і сфері відповідальності [11, с.145]

Такий підхід до тлумачення поняття «культура здоров'я» наводить на думку про те, що оволодіння цією властивістю формує соціально-філософську позицію особистості до сприйняття зовнішнього світу та глибшого усвідомлення своєї внутрішньої сутності.

Культура здоров'я займає важливе місце в структурі загальної культури людини, її сутність виражається в системі сформованих людиною цінностей, знань, умінь і навичок з формування, збереження і зміцнення здоров'я. За визначенням Т. Берсенової культура здоров'я – це динамічний

стереотип поведінки, що сприяє здоровому способу життя і визначає дбайливе ставлення до здоров'я оточуючих людей [9, с.47].

Деякі вчені «валеологічну культуру» і «культуру здоров'я» визначають як синонімічні поняття. На думку С. Васильєва, валеологічна культура здоров'я педагога – це соціально-прогресивна, цілеспрямована діяльність у сфері індивідуального здоров'я, представлена на двох рівнях: філософсько-світоглядному, який визначає валеологічну культуру як компонент загальної культури та нормативно-поведінковому – як характеристику професійної педагогічної діяльності (цілепокладання, валеологічна стратегія і тактика). Умовою ефективного формування валеологічної культури педагога автор вважає єдність валеологічної освіти, професійної валеологічної діяльності і життєвого досвіду [21, с.203]. І. Глинянова розуміє валеологічну культуру як наявність сформованої програми самовдосконалення, здорового способу життя. Практична реалізація такої програми є результатом творчої інтерпретації та індивідуально обумовленої на особистому рівні відповідних (і прийнятних для конкретного індивіда) концепцій, доктрин здоров'я і здорового способу життя, необхідних для гармонійного існування [30, с.113]. Досліджуючи процес становлення валеологічної культури у соціально-педагогічному плані, І. Ільїн визначає валеологічну культуру як процес творчого утворення такої системи цінностей і ціннісних орієнтацій, яка стосується знань про сутність здоров'я, що вміщує шляхи і методи його формування, збереження і зміцнення, і яка регулює поведінку людей в напрямі організації здорового способу життя і відповідній їй життєдіяльності [48, с.13].

А. Мітяєва, вивчаючи психолого-педагогічні умови становлення валеологічної культури, визначає культуру здоров'я як індивідуальну і соціальну якість людини, яка відображає характер зацікавленого особистого ставлення до здорового способу життя та навколишнього середовища, що виявляється в процесі індивідуальної участі в духовно-практичній діяльності з пізнання, освоєння, перетворення і збереження свого здоров'я як

особистого енергоресурсу успішної життєдіяльності [82, с.5]. У розумінні С. Макаренка, культура здоров'я – це не тільки сума знань, обсяг відповідних умінь і навичок, але й здоровий спосіб життя гуманістичної орієнтації, її рівень визначається знаннями резервних можливостей організму (фізичних, духовних, психічних) і вмінням правильно їх використовувати. Культурна людина є не тільки «споживачем» свого здоров'я, але і його «виробником». Високий рівень культури здоров'я людини передбачає її гармонійне спілкування з природою й оточуючими людьми. Науковець вважає, що уважне і правильне ставлення людини до самої себе, прагнення до самопізнання і самовдосконалення своєї особистості є важливими елементами культури здоров'я [82, с.25].

Для нашого дослідження важливим є трактування В. Оржеховською [64] культури здоров'я як невід'ємного складника загальної культури особистості, що забезпечує певний рівень знань, умінь і навичок із питань формування, відтворення, зміцнення здоров'я та характеризується високим рівнем культури поведінки стосовно власного здоров'я і здоров'я оточуючих. Культура здоров'я передбачає не тільки певну систему знань про здоров'я, а й відповідну поведінку щодо його збереження і зміцнення. Тому культура здоров'я включається вченою в систему найважливіших людських цінностей.

Культура здоров'я як педагогічна проблема є об'єктом громадянського виховання, а саме, – способом організації життєдіяльності особистості, значущістю й актуальністю цієї проблеми у контексті здорового способу життя. Культура здоров'я як соціальна проблема виступає фактором культурного засвоєння дійсності і стосується відчуттів, емоцій, ідей, є найважливішим елементом загальної культури, сферою духовної діяльності людини, моральної свідомості, оцінок [24, с.116].

Заслуговує на увагу підхід Н. Гонтаровської про необхідність аналізу та детального вивчення двох важливих граней досліджуваного феномена: як загальнофілософської категорії, що характеризує специфіку взаємодії людини і суспільства, збереження і зміцнення здоров'я в різні історичні

епохи (вона виражається через такі поняття: здоров'язбережувальна свідомість, здоров'язбережувальний світогляд, здоров'язбережувальне мислення, загальнолюдські гуманістичні ідеї, переконання, способи пізнання і діяльності, норми і правила); як інтегративну особистісну якість індивіда, що характеризується його поведінкою і діяльністю, які ґрунтуються на світогляді. Індивідуальний світогляд формує ціннісне ставлення і мотиваційну сферу, що є основою спрямованості особистості [32, с. 243].

Російський валеолог Л. Татарнікова у поняття «культура здоров'я» вкладає достатній обсяг валеологічних знань, самокорекцію психологічного стану та включеність особистості в процес оволодіння відповідними знаннями [205, с.1291]. На думку Е. Вайнера, культура здоров'я є частиною загальнолюдської культури, яка передбачає знання людиною своїх генетичних, фізіологічних і психологічних можливостей, методів і засобів контролю, збереження і розвиток свого здоров'я, а також вміння передавати здоров'язбережувальні знання іншим [19, с.176].

С. Кириленко, досліджуючи проблему формування культури здоров'я школярів, зазначає, що культура здоров'я виявляється як у профілактичній діяльності учнів, так і у веденні здорового способу життя, що забезпечує єдність фізичного, психічного, духовного й соціального розвитку особистості [57, с.22]. На наш погляд, не суперечить вищезазначеній інтерпретації культури здоров'я визначення В. Бабич, яка під культурою здоров'я школяра розуміє інтегроване утворення особистості, що виявляється в його мотиваційній, теоретичній і практичній підготовці до формування, збереження та зміцнення свого здоров'я в усіх його аспектах (духовному, психічному й фізичному) та розумінні здоров'я як цінності [6, с.55].

Незважаючи на те, що вчені використовують різні підходи до визначення поняття «культура здоров'я», їх об'єднує те, що культура здоров'я являє собою особистісну якість, яка інтегрує в собі відповідний комплекс знань, умінь і навичок, спрямованих на гармонійний, всебічний

розвиток особистості, що проявляється у всіх сферах її життя та забезпечує комфортне існування в суспільстві.

Г. Кривошеєва в своєму дисертаційному дослідженні визначає культуру здоров'я студентів як якісне утворення особистості, що виявляється у ставленні до здорового способу життя, до свого здоров'я, що обумовлює свідоме прагнення особистості самостійно, творчо вдосконалювати фізичну, психічну й духовну сфери власної життєдіяльності на основі самопізнання й адекватної самооцінки стану здоров'я [61, с.38].

Науковець І. Авдєєнко вважає, що культура здоров'я студента є цілісною інтегрованою професійно-особистісною характеристикою, яка відображає сформованість ціннісного ставлення до власного здоров'я і здоров'я оточення, оволодіння сукупністю здоров'язберезувальних знань, здоров'язберезувальними технологіями і вміннями розробляти індивідуальну оздоровчу програму, що дає змогу особистості найбільш повно реалізувати свій здоров'ятворчий потенціал у навчанні та майбутній професійній діяльності [1, с.38].

Як бачимо, вчені єдині в тому що культура здоров'я поєднує в собі мотиви, переконання, теоретичні знання та практичні навички збереження здоров'я, формування на їх основі ціннісних установок до оволодіння культурою здоров'я, ведення здорового способу життя. Незважаючи на відмінності у підходах, науковці сходяться в думці про те, що культура здоров'я є невід'ємною характеристикою педагога. Вона є інтегративним утворенням, що являє собою єдність пріоритету цінностей здоров'я, високої активності щодо їхнього освоєння і трансляції в майбутній професійній діяльності, знань про шляхи і засоби, збереження і зміцнення здоров'я.

Результати аналізу понять «здоров'я», «культура», «професійне здоров'я», «педагогічна культура», «соціально-педагогічна культура» свідчать про складність та багатогранність цих категорій. Оволодіння культурою здоров'я є запорукою особистісного благополуччя та успіху в професійній діяльності соціального педагога.

1.2. Формування культури професійного здоров'я як аспект професійної підготовки майбутніх соціальних педагогів

Наукові дослідження, присвячені питанням, пов'язаним із визначенням сутності культури здоров'я, виявленням характерних особливостей цього поняття, свідчать про те, що процес формування культури здоров'я являє собою складну, послідовну діяльність особистості, спрямовану на досягнення найдосконалішого еталону здоров'я, який виявляється у відповідальному, бережливому ставленні до власного здоров'я та здоров'я суспільства. Оволодіння культурою здоров'я є важливою умовою для досягнення людиною фізичного, духовного та соціального благополуччя. Як ми вже зазначали, особливу роль культура здоров'я відіграє в житті тих людей, професійним обов'язком яких є турбота про здоров'я і благополуччя інших.

У науковій літературі питання професійної підготовки соціальних педагогів висвітлено в працях А. Алексюка, В. Андрущенко, Л. Горбунової, М. Галагузової, Е. Геворкяна, І. Зязюна, А. Капської, А. Кирилюка, І. Козубовської, І. Макарової, Л. Міщик, Н. Олексюк, В. Поліщук, Л. Романовської, І. Трубавіної, В. Шадрікова та ін., в яких учені і доводять складність та багатогранність соціально-педагогічної діяльності та акцентують на необхідності озброєння майбутніх фахівців міцними знаннями, вміннями та навичками для успішного виконання ними завдань та функцій, формування здатності долати професійні труднощі без ризиків для власного здоров'я.

Соціальний педагог – це професія, в якій сформованість культури здоров'я у значній мірі визначає професійну придатність фахівця, успішність професійної діяльності, оскільки від рівня оволодіння соціальним педагогом культурою здоров'я залежить не тільки його професійне довголіття, але і якість наданої ним соціальної допомоги, яка передбачає завдання щодо формування, збереження здоров'я особистості, створення сприятливих умов для її успішної адаптації, інтеграції в соціумі.

З урахуванням різних підходів учених щодо розуміння поняття «культура здоров'я» та специфіки соціально-педагогічної діяльності, ми визначаємо *культуру здоров'я соціального педагога* як інтегративну якість, яка містить в собі цінності та сформовані на їх основі переконання у необхідності ведення здорового способу життя для досягнення фізичного, духовного, соціального благополуччя та реалізації власного творчого та інтелектуального потенціалу в соціально-педагогічній діяльності.

Взаємозв'язок основних понять «культура», «професійно-педагогічна культура», «соціально-педагогічна культура», «здоров'я», «професійне здоров'я», «здоровий спосіб життя», «культура здоров'я» ми зобразили у вигляді схеми (рис.1.2.), яка, на наш погляд, розкриває логічну послідовність дослідження, визначає місце культури професійного здоров'я соціального педагога у системі базових понять і дає змогу визначити основне поняття дослідження.

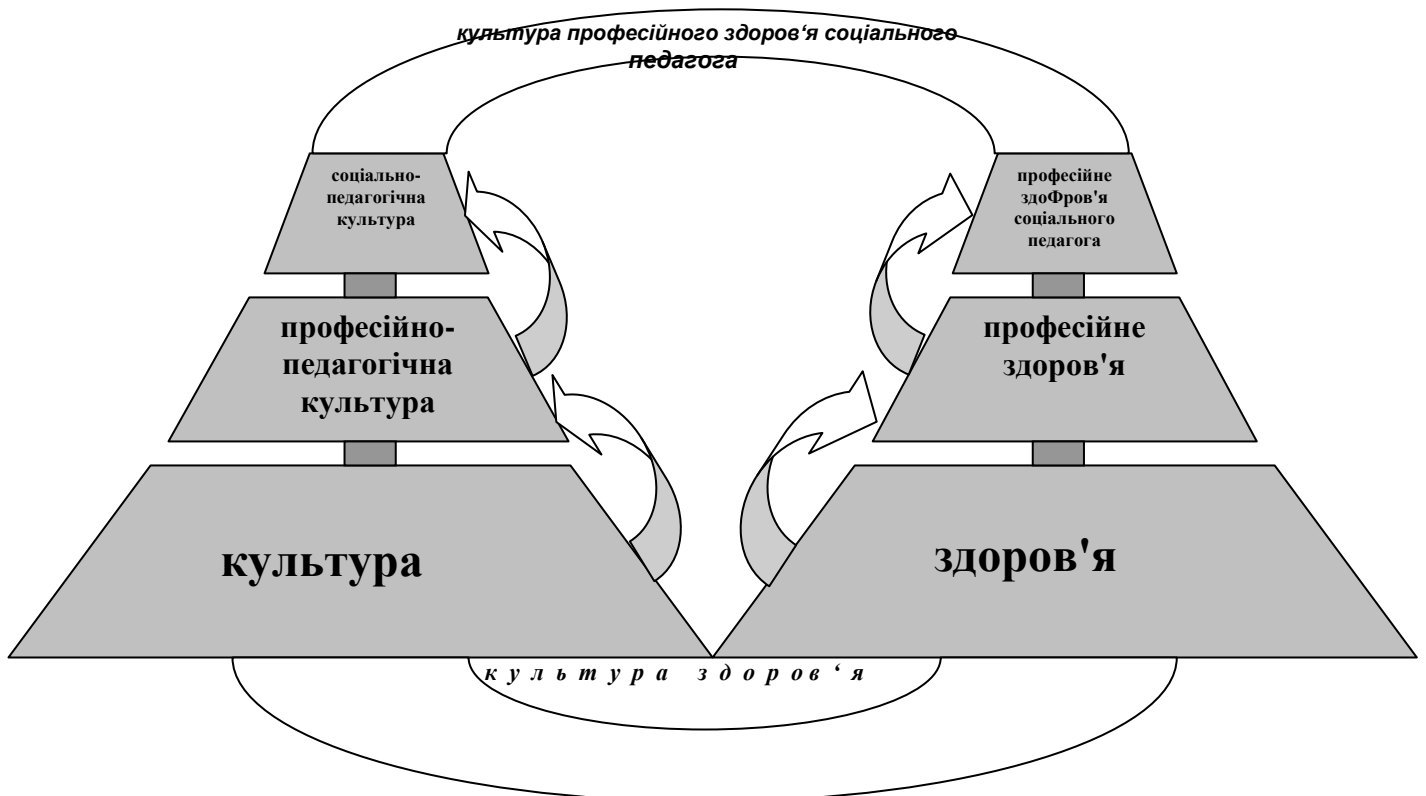


Рис. 1.2. *Культура професійного здоров'я соціального педагога*

Культуру професійного здоров'я соціального педагога визначено нами як цілісне, динамічне особистісне утворення, що ґрунтується на усвідомленні

цінності здоров'я, стійкій мотивації до здоров'ятворчої життєдіяльності, професійній компетентності, знаннях шляхів і засобів здоров'язбереження, які успішно реалізуються в соціально-педагогічній діяльності, забезпечують високу продуктивність праці, сприяють особистісній та професійній самореалізації.

У структурі культури професійного здоров'я соціального педагога пріоритетного значення ми надаємо стійкій мотивації та ціннісному відношенню до здоров'я. Адже саме усвідомлення цінності здоров'я спонукатиме соціального педагога до: досягнення ідеального стану здоров'я, найвищого рівня благополуччя через постійне самовдосконалення, здобуття, поглиблення знань із питань здоров'язбереження; вироблення чіткої стратегії здорового способу життя, гармонізації фізичної, психічної та емоційно-вольової сфер, дотримання режиму праці і відпочинку, виявлення прихованих резервів організму та способів їх активізації, налагодження зворотних зв'язків із соціумом; оволодіння продуктивними копінг-стратегіями, технологіями подолання стрес-чинників.

Аналіз поняття «культура професійного здоров'я соціального педагога» свідчить про складність об'єкта пізнання. Для з'ясування сутності будь-якого складного об'єкта у наукових дослідженнях найчастіше використовується системний підхід.

Система – порядок, зумовлений правильним, планомірним розташуванням і взаємним зв'язком частин чого-небудь [22, с.1197].

Системний підхід – це спосіб наукового пізнання і практичної діяльності, що потребує розгляду частин у нерозривній єдності з цілим. Він носить статус загальнонаукового методу пізнання, центральним поняттям якого є «система». Системний підхід передбачає виділення системоутворювального параметра, який обумовлює пошук сукупності елементів системи, мережу зв'язків і відношень між ними – її структуру, дає змогу визначити властивості цілого на основі властивостей елементів, а також властивостей елементів на основі характеристик цілого. Необхідно

враховувати обставину, що суттєві властивості системи визначаються не стільки властивостями сукупності елементів, скільки властивостями її структури, системоутворювальними зв'язками об'єкта [122, с.184].

Використання системного підходу для аналізу поняття «культура професійного здоров'я соціальних педагогів» дає змогу визначити функції, структурні компоненти цього явища, дослідити їхній взаємозв'язок і взаємозалежність у цілісній структурі.

Згідно системного підходу, виявлення структурних компонентів культури професійного здоров'я соціальних педагогів доцільно здійснювати через аналіз функцій цього явища, оскільки сутність об'єкта розкривається через систему функцій (Ю. Єгоров, Є. Нікітін, Л. Удачіна).

Функція конкретизує призначення системи, доводить доцільність існування об'єкта або процесу в межах цієї системи. Функція – це дія, яка сприяє інтеграції компонентів в систему і збереження системи, як цілісності. Функція обумовлює структуру об'єкта; але необхідно відзначити, що у функціях більшою мірою, ніж у структурі, віддзеркалюється природа цілого, його особливість і сутність. Функція породжується структурою, являється умовою її існування, але у поєднанні структури і функцій первинною та визначальною є саме функція [105, с.169; 117, с.97].

Вивчення сутнісних аспектів культури професійного здоров'я соціального педагога дало змогу виокремити аксіологічну, регулятивну, гносеологічну, превентивну, рефлексійну, креативну функції цього феномена.

Аксіологічна функція передбачає глибоке усвідомлення здоров'я як загальнолюдської цінності, дає змогу визначити місце здоров'я у системі особистісно-професійних цінностей, створити модель здоров'язберезувальної соціально-педагогічної діяльності з перспективою її реалізації у майбутній професії; сприяє формуванню і забезпеченню потреби соціальних педагогів у збереженні і зміцненні професійного здоров'я.

Регулятивна функція пов'язана з емоційно-вольовою регуляцією діяльності соціальних педагогів. Вона забезпечує усвідомлення ризиків, з якими пов'язана соціально-педагогічна діяльність та необхідність формування механізмів самоконтролю, саморегуляції для запобігання емоційному виснаженню; раціональний розподіл емоційного, фізичного та психічного ресурсів власного організму в процесі вирішення складних соціально-педагогічних завдань; досягнення професійних цілей завдяки акумуляції вольових зусиль; здатність швидко відновлювати сили.

Гносеологічна функція спрямована на пізнання своїх індивідуальних психофізіологічних та морфофункціональних особливостей; виявлення і мобілізацію прихованих резервів організму; дослідження якісно нових методів і технологій оздоровлення; створення соціальним педагогом здоров'язберезувальної стратегії власного життя із врахуванням своїх індивідуальних особливостей та вимог суспільства.

Превентивна функція містить в собі комплекс профілактичних заходів, спрямованих на: попередження порушень у фізичному, психічному та соціальному здоров'ї соціальних педагогів; протидію негативним стрес-чинникам; ведення здорового способу життя для збереження і зміцнення професійного здоров'я та досягнення найвищого рівня благополуччя; гармонізацію взаємин з оточуючими людьми, соціальним середовищем; зміцнення фізичного і морального імунітету через постійне самовиховання та самовдосконалення.

Рефлексійна функція культури професійного здоров'я соціального педагога полягає у глибокому усвідомленні фахівцем себе як основного «творця» свого здоров'я, від рівня і якості якого залежить здоров'я і благополуччя об'єктів його впливу. Ця функція дає змогу соціальним педагогам критично оцінити свої здоров'ятворчі знання, вміння і навички, сформувати стійку позицію у необхідності збереження здоров'я та її трансляції у професійній діяльності. Рефлексія дає можливість створити найближчу до ідеальної модель здоров'ятворчої соціально-педагогічної

діяльності на основі самоаналізу, самовивчення та об'єктивного сприйняття, оцінки соціального педагога оточуючими.

Креативна функція виявляється у: творчому підході до вирішення професійних завдань та розробленні здоров'язбережувальних технологій, які б відповідали сучасним вимогам; вдосконаленні та модернізації наявних, популярних методів і прийомів здоров'язбережувальної діяльності та виробленні особистої концепції професійного здоров'я; здатності генерувати якісно нові ідеї та способи збереження професійного здоров'я; оздоровленні соціального середовища через пропагування здорового способу життя; участь в експериментально-дослідницькій, науковій роботі, спрямованій на вирішення проблем здоров'язбереження та здоров'ятворення.

На думку М. Тутушкіної, стан готовності педагога до виконання своїх професійних обов'язків повинен охоплювати наступні компоненти:

- інтелектуальний – розуміння завдань, обов'язків, знання засобів досягнення мети, прогнозування діяльності;
- емоційний – впевненість в успіху, одухотвореність, відчуття відповідальності;
- мотиваційний – зацікавленість, прагнення добитися успіху, потреба в успішному виконанні поставленого завдання;
- вольовий – мобілізація сил, зосередженість на певному завданні, ігнорування перешкод, долання сумнівів [113, с.182].

У психолого-педагогічній літературі є наукові праці, в яких процес професійної готовності до педагогічної діяльності досліджуються поряд з науково-теоретичною і практичною підготовкою. Вчені, виділяючи психологічну, психофізіологічну, фізичну готовність, визначають фізичне здоров'я та професійну працездатність як невід'ємні характеристики педагога нового типу.

О. Грицук в своїх працях, присвячених проблемі професійного здоров'я педагога, виокремлює наступні чинники професійної працездатності:

- фізичний статус (фізична працездатність: фізичний розвиток, фізична підготовка, показники вегетативного забезпечення фізичної діяльності);
- психічний статус (розумова працездатність: ступінь адекватності стану психічної активності стосовно до конкретних умов, характеристики уваги, сприймання, навчіння, пам'ять, мислення, властивості особистості);
- соціальні та соціально-психологічні чинники (укомплектованість колективу, професійна підготовка фахівців, матеріально-технічне забезпечення, ефективне управління, надійна передача інформації, міжособистісні відносини, психологічний клімат у колективі, мотивація до діяльності) [36, с.117].

Відповідно до виокремлених нами функцій, структура культури професійного здоров'я соціального педагога охоплює наступні компоненти: мотиваційно-ціннісний, емоційно-вольовий, змістово-операційний, рефлексійно-оцінний.

Мотиваційно-ціннісний компонент відповідає рівню розвитку потребнісно-мотиваційної сфери соціального педагога щодо культури професійного здоров'я і охоплює мотиви, пов'язані з:

- усвідомленням потреби у збереженні і зміцненні здоров'я всіх суб'єктів професійної діяльності;
- потребою отримання необхідних знань і їх поглиблення та реалізації у професійній діяльності;
- необхідністю створення особистої філософії здоров'я і планування власної життєдіяльності у відповідності з принципами культури здоров'я для самовдосконалення, самоствердження, реалізації життєвих і фахових цілей;
- усвідомленням значущості професійної діяльності соціального педагога як носія загальнолюдських цінностей.

Емоційно-вольовий компонент передбачає розширення сфери емоційних переживань відносно свого здоров'я, здоров'ятворення,

здоров'язбереження та протидії здоров'яруйнівним чинникам завдяки прояву вольових зусиль. Він охоплює:

- прояв вольових якостей, необхідних для формування здоров'я і становлення культури професійного здоров'я, пов'язаних зі зміною життєдіяльності згідно основних напрямів здоров'ятворення;
- організація контролю за втіленням у життя необхідних для зміцнення здоров'я рекомендацій;
- обмеження, а потім повне виключення з життєдіяльності всіх можливих чинників ризику для здоров'я;
- позитивні емоційні реакції, пов'язані з усвідомленням можливостей успішно транслювати отримані знання і вміння в сфері зміцнення здоров'я у майбутню професійну діяльність.

Змістово-операційний компонент вміщує методологічні, теоретичні, методичні, технологічні та індивідуальні знання, а також необхідні вміння і навички щодо формування культури професійного здоров'я. Методологічні знання – це знання біологічних і соціальних основ життєдіяльності і життєзабезпечення людини. Теоретичні – знання, пов'язані з усвідомленим вибором змісту, форм, засобів і методів, закономірностей та етапів формування професійного здоров'я. Методичні – знання оздоровчих технік, методик оцінки та корекції функціональних станів. Технологічні – проведення профілактичних заходів, розроблення і впровадження здоров'язберезувальних технологій у професійну діяльність. Індивідуальні – знання своїх індивідуальних особливостей, стану власного здоров'я, оздоровлення власного організму, розкриття своїх потенційних здібностей і можливостей, уміння привести своє життя у відповідність з біологічним віком, узгоджувати поведінку з можливостями організму, планування діяльності адекватно динаміці розумової працездатності і віку.

Рефлексійно-оцінний компонент виявляється у створенні особистої стратегії здоров'язбереження, в основі якої лежить розуміння значущості

культури здоров'я для особистого саморозвитку, самореалізації, професійного становлення.

Характерними ознаками для рефлексійно-оцінного компонента є:

- об'єктивна, критична оцінка рівня володіння валеологічними знаннями, вміннями і навичками;
- постійний діалог з собою, здатність до самоорганізації і самоаналізу своїх почуттів, вчинків, дій;
- відчуття внутрішнього комфорту та задоволення від досягнутих результатів здоров'ябережувальної діяльності.

Учені зазначають, що формування рефлексії може бути забезпечене організацією соціально-психологічних ситуацій, які вміщують у собі процес порівняння власної діяльності з діяльністю «нормативного іншого». Таким чином створюються передумови усвідомлення суб'єктом себе, ситуації, партнера по взаємодії й побудови на цій основі внутрішніх засобів регуляції поведінки [62, с.39]. Рефлексія являє собою психологічний механізм, який сприяє переходу особистості на вищий рівень розвитку і забезпечує соціалізацію особистості [71, с.475].

Отже, структура культури професійного здоров'я соціального педагога, охоплює наступні компоненти: ціннісно-мотиваційний, змістово-операційний, емоційно-вольовий та рефлексійно-оцінний. Системоутворювальним є ціннісний-мотиваційний компонент, який виконує найбільше функціональне навантаження системи, забезпечує її цілісність, динамічність та логічну послідовність побудови процесу формування культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів. Мотивація як рушійна сила людської поведінки пронизує всі основні структурні утворення особистості: її характер, спрямованість, емоції, здібності, діяльність і психічні процеси [4, с.218].

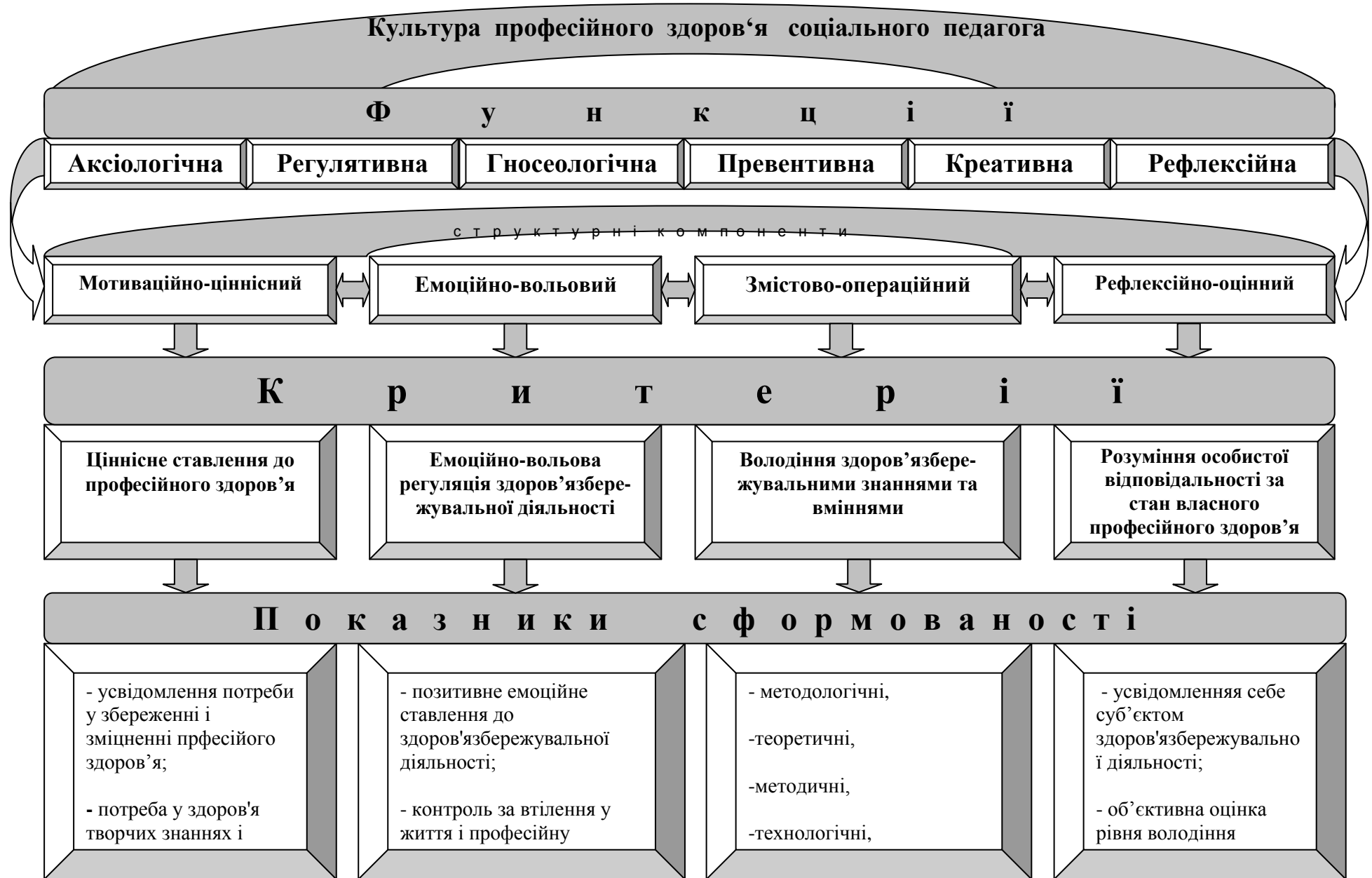
Виявлення сутнісних ознак та функцій культури професійного здоров'я соціального педагога, з'ясування її компонентів дають змогу дослідити її сформованість з використанням комплексу відповідних діагностичних

методик. Вирішення завдання діагностики культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів потребує визначення критеріїв, показників та рівнів її сформованості.

У трактуванні поняття «критерій» учені опираються в основному на довідникові видання, в яких критерій (від грец. *kriterion* – засіб судження, мірило) інтерпретується як «мірило оцінки, думки» [102, с.307]; «ознака, на підставі якої дається оцінка якого-небудь явища, дії; ознака, взята за основу класифікації» [111, с.163]. І. Ісаєв зазначає, що при виокремленні критеріїв необхідно дотримуватись наступних вимог: 1) критерії повинні відображати динаміку вимірюваної якості в часі і культурно-педагогічному просторі; 2) розкриватись через низку якісних показників, міра прояву яких свідчатиме про більшу або меншу ступінь прояву певного критерію. Необхідна кількість показників кожного критерію повинна становити не менше трьох. У випадку визначення трьох і більше показників можна стверджувати про повний прояв критерію. Якщо встановлено один показник або взагалі не виявлено жодного, це свідчить про те, що цей критерій не зафіксований [49, с.275].

Використання системного підходу до з'ясування сутності культури професійного здоров'я, виокремлення структурних компонентів цього феномена дали змогу визначити критерії та показники сформованості культури професійного здоров'я соціального педагога (рис. 1.3).

Дослідження процесу становлення і розвитку культури професійного здоров'я майбутнього соціального педагога пов'язане з необхідністю виокремлення рівнів її сформованості. У цьому ракурсі важливим є методологічне положення про рівні становлення цілісності особистості [48], відповідно до якого процес формування властивостей особистості необхідно розглядати у двох аспектах: а) як вони забезпечують активність особистості по відношенню до об'єктивного світу і б) як вони забезпечують гармонізацію, координацію, об'єднання, цементування всіх проявів особистості в єдине ціле. Тому кожен акт зростання різнобічності особистості є в той же час і актом визрівання її цілісності, гармонійності.



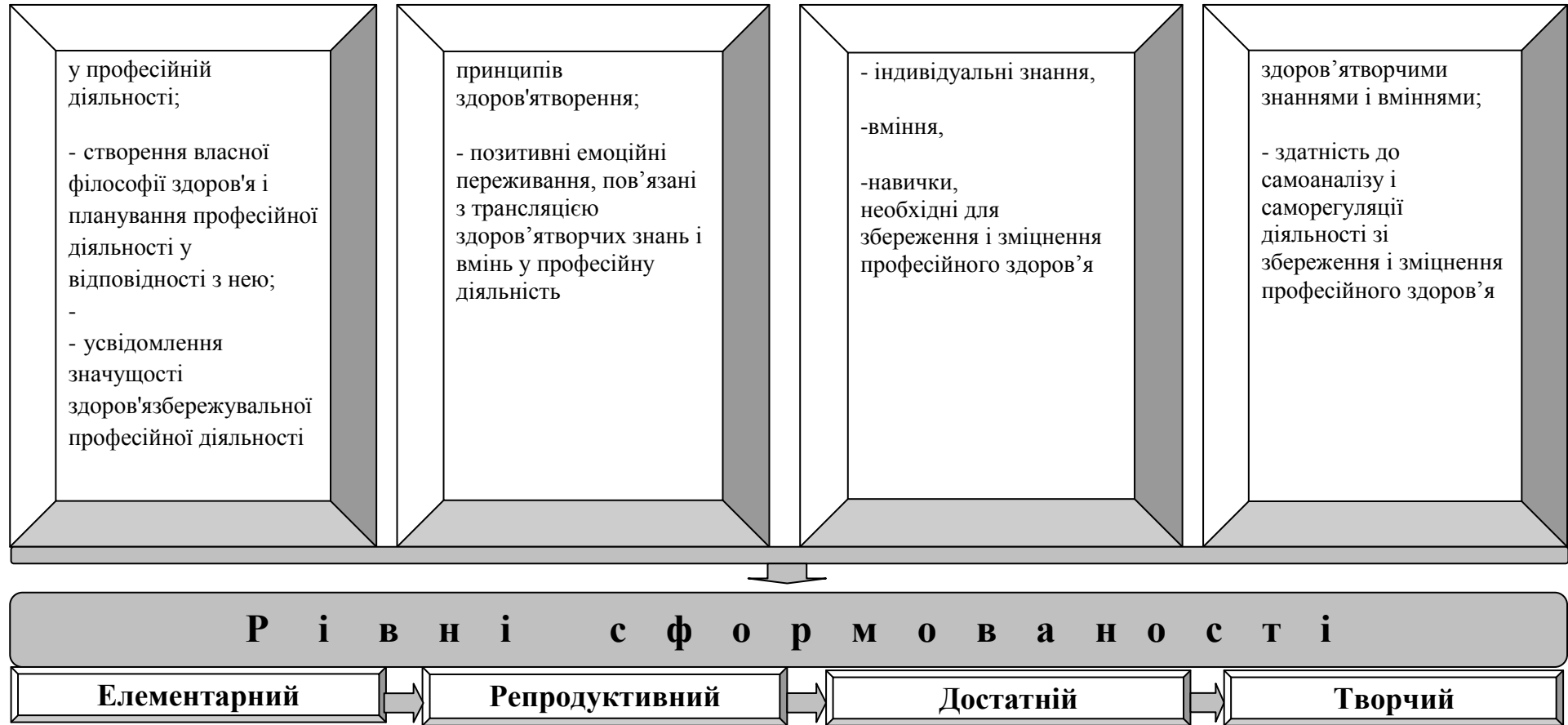


Рис.1.3. Модель культури професійного здоров'я соціального педагога

Ґрунтуючись на цих методологічних ідеях, В. Ільїн виокремлює чотири рівні сформованості цілісності (всебічності, гармонійності) особистості. Перший рівень характеризується аморфністю системи, розрізненістю її елементів, відсутністю стійких зв'язків між ними, коли немає ще можливості говорити про певну ступінь сформованості структури. Система веде себе випадковим чином, непередбачено, велика її залежність від умов зовнішнього середовища. Особистість на цій стадії ще нецілісна, однобічно розвинута, дисгармонічна, а іноді і деформована з помилковими, асоціальними, аморальними ціннісними орієнтаціями; відбувається зародження нових її стрижневих якостей, граней різнобічності. На цьому етапі можливе ситуативне усвідомлення окремих соціокультурних цінностей, але цілісність, всебічність, проте гармонійність особистості ще не формуються.

Другий рівень відрізняється появою зв'язків між групами елементів у системі. У ній утворюються якби «фрагменти структури», встановлюються причинно-наслідкові зв'язки, поведінка системи стає передбачуваною у певних ситуаціях, але залишається нестійкою. На другому рівні розвитку особистості відбувається активне дозрівання стрижневих якостей, розвиток яких вступає в суперечність із раніше сформованими стрижневими якостями – ідейно-моральними установками, ставленням до праці та ін. Людину все більше охоплюють сумніви в правильності його колишніх переконань, оцінок. В окремих ситуаціях він засуджує їх. Проте загалом її поведінка і діяльність перебувають ще під владою раніше сформованого рівня розвитку особистості.

Третій рівень визначається наявністю зв'язків практично між всіма елементами системи; вибудовується її внутрішня структура, поведінка стає більш стійкою, тобто проявляється на рівні тенденцій в більшості ситуацій життєдіяльності. Це рівень «зв'язкового цілого», проте система ще не стійка, її структура з великим ступенем ймовірності може бути зруйнована зовнішніми впливами. В. Ільїн зазначає, що на третьому рівні нові тенденції в розвитку особистості перемагають і відбувається її перебудова, зароджується цілісність, різнобічність, гармонійність особистості в дусі вимог сучасного суспільства. На цьому рівні стрижневі якості особистості, особливо ідейно-політичні, моральні

орієнтації, починають виходити на передній план, виконуючи свою системоутворювальну функцію у поведінці особистості, в об'єднанні всіх проявів особистості в єдине ціле, хоча не завжди ще гармонійне .

Четвертий рівень розвитку системи – це рівень оптимального зв'язку єдиного цілого, коли зв'язки між елементами системи стають стійкими, вибудовуються в ієрархічну структуру; стійкою і автономною (незалежною від зовнішнього середовища) стає поведінка системи. Це стадія саморозвитку системи, коли посилюються внутрішні чинники її розвитку, а зовнішні відступають на другий план, коли система охоплює освоєне середовище як елементи своєї структури. На четвертому рівні розвитку особистості виникає цілісність, різнобічність особистості розвивається, міцніє на основі більш тісного згуртування навколо ідейно-політичних орієнтацій, збагачення ними всіх проявів особистості [48, с.54-55].

Ґрунтуючись на вищезазначених положеннях та отриманих результатах власних діагностичних досліджень, ми виділяємо елементарний, репродуктивний, достатній і творчий рівні сформованості культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів.

Елементарний рівень характеризується ситуативною зацікавленістю проблемою професійного здоров'я. Майбутні соціальні педагоги на цьому етапі не усвідомлюють цінності здоров'я як важливої умови здійснення професійної діяльності. Відповідальність за стан власного здоров'я перекладається на різного роду лікувальні, медичні заклади; відсутність мотивації до засвоєння здоров'язберезувальних знань. Недостатньо уваги приділяється вивченню особливостей власного організму та оволодінню здоров'язберезувальними технологіями. Для цього рівня характерні невміння визначати цілі і завдання здоров'язберезувальної діяльності, відсутність системності та послідовності у веденні здорового способу життя. Студенти в більшості випадків не реалізують на практиці наявні у них валеологічні знання. У стресових ситуаціях, які мають місце у навчально-професійній діяльності, майбутні фахівці не здатні до контролю та регуляції власного емоційного, психологічного стану. У них відсутня власна позиція щодо проблеми

професійного здоров'я майбутнього соціального педагога.

Репродуктивний рівень характеризується розумінням цінності здоров'я, усвідомленням необхідності професійного здоров'я у майбутній соціально-педагогічній діяльності, відповідальним ставленням до власного здоров'я. Студенти відчувають потребу у самовдосконаленні, збагаченні та поглибленні методичних, методологічних, технологічних знань в сфері здоров'ятворення. Майбутні фахівці володіють індивідуальними знаннями фізичного, психічного, психологічного стану свого організму та чіткими уявленнями про труднощі майбутньої професійної діяльності. Проте комплекс методів, прийомів і форм збереження професійного здоров'я недостатньо сформований і на практиці зазвичай не використовується. На цьому рівні студенти намагаються дослідити індивідуальний стан свого здоров'я, дати йому оцінку та виробити концепцію його покращення. Творча активність характеризується репродуктивністю, але в деяких проблемних ситуаціях спостерігається намагання нестандартно підійти до їх вирішення. На цьому етапі навчально-професійна діяльність у студентів емоційно забарвлена, режим праці, навчання і відпочинку раціонально організований, але індивідуальна позиція щодо проблеми професійного здоров'я ще не достатньо сформована і може змінюватись під впливом зовнішніх чинників.

На *достатньому* рівні в ієрархії цінностей професійне здоров'я займає першорядне місце і виконує системоутворювальну функцію. Майбутні соціальні педагоги усвідомлюють особисту відповідальність за стан власного здоров'я, самостійно шукають найефективніші шляхи його збереження. Студенти достатньою мірою володіють здоров'ятворчими, здоров'язбережувальними знаннями, вміннями і навичками, характеризуються емоційно-вольовими якостями та успішно їх застосовують у практичній діяльності. Характерним для цього рівня є здатність до рефлексії, вміння самостійно виробити та реалізувати стратегію формування, збереження професійного здоров'я. Майбутні соціальні педагоги на цьому рівні володіють необхідним комплексом валеологічних технологій, відзначаються виробленням власної концепції здорового способу життя та популяризують його в

молодіжному середовищі. Студенти здатні до самоаналізу, самооцінки, саморегуляції та відзначаються стійкими переконаннями у необхідності збереження професійного здоров'я.

Творчий рівень характеризується оптимальним проявом культури професійного здоров'я майбутнього соціального педагога. Майбутні фахівці розуміють відповідальність за благополуччя власного здоров'я та здоров'я суспільства. Цей рівень відзначається усвідомленням значущості культури професійного здоров'я як необхідної умови для реалізації соціально-педагогічної мети та досягнення високих професійних результатів. Спостерігається високий рівень самосвідомості, фахова протидія негативним стрес-чинникам, з якими пов'язана соціально-педагогічна діяльність. Для студентів характерна здатність до акумуляції емоційно-вольових зусиль та мобілізації прихованих резервів власного організму у складних умовах праці. Студенти на цьому рівні характеризуються творчим підходом до вирішення питань валеологічного характеру, розробляють власні програми та збереження професійного здоров'я. Майбутні фахівці усвідомлюють себе суб'єктом здоров'ятворчої, здоров'язбережувальної соціально-педагогічної діяльності.

Отже, у результаті теоретичного дослідження вдалось з'ясувати, що культура професійного здоров'я майбутнього соціального педагога являє собою складне особистісне інтегративне утворення, яке проявляється в усвідомленому, ціннісному ставленні до власного здоров'я, веденні здорового способу життя та переконанні у його значущості, а також трансляції здобутого досвіду з питань здоров'язбереження, здоров'ятворення у майбутню соціально-педагогічну діяльність. З'ясування сутності культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів дало нам можливість визначити функціональні і структурні компоненти цього явища, критерії, показники їх прояву та рівні сформованості.

1.3. Сучасний стан сформованості культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів

Соціальна педагогіка в нашій державі отримала своє визнання як наука, що здатна взяти на себе найвідповідальнішу, найскладнішу місію соціального виховання та європеїзації українського суспільства. Проте аналіз наукових праць багатьох учених (О. Безпалько, В. Бочарова, М. Галагузова, І. Зверева, А. Капська, Л. Міщик, В. Поліщук та ін.) свідчать, що на сьогоднішній день, остаточно не вирішеним залишається питання статусу соціальної педагогіки як науки та її співвідношення із соціальною роботою.

Аналіз наукових джерел свідчить, що вчені розходяться в думках до трактування вихідних методологічних і теоретичних засад сучасної соціальної педагогіки, наприклад: «соціальна педагогіка є специфічною частиною соціальної роботи» (О. Безпалько, Н. Бура, А. Капська, Л. Коваль, Л. Міщик, Л. Штефан та ін.); «соціальна педагогіка вміщує в себе соціальну роботу» і є вихідною теоретичною (філософською) базою для практичної соціальної роботи (А. Арнольдов, В. Бочарова, М. Гур'янова, І. Зимня, Л. Нікітіна, С. Татарський та ін.); «соціальна педагогіка тотожна соціальній роботі» (Б. Вульф, А. Мудрик, М. Фірсов та ін.).

Проте в змісті визначень соціальної роботи і соціальної педагогіки існує, на наш погляд, достатньо науково обґрунтованих аргументів для їх розмежування. Так, наприклад, А. Капська, соціальну роботу розглядає як вплив фахівців, громадськості та соціальних інститутів на соціальне суспільство через формування і реалізацію соціальної політики, спрямованої на створення сприятливих умов життєдіяльності кожної людини та її сім'ї. У наукових працях (О. Безпалько, Р. Вайнола, А. Капська, Л. Міщик, Л. Штефан та ін.) соціальна педагогіка визначається як наука про соціальне виховання, яке спрямоване на соціалізацію особистості.

Соціальна педагогіка є своєрідним соціальним інститутом, який сприяє процесам соціалізації, соціальної інтеграції груп та індивідів, а також підтримці стабільності суспільства. Об'єктом соціальної педагогіки, на думку А. Капської

[64], виступає особистість, предметом – процес соціального виховання дітей та молоді в умовах різних рівнів соціального середовища .

Згідно іншого визначення, предметом соціальної педагогіки є закономірні відносини, логіка взаємозв'язків, структурно-функціональні взаємодії всіх складників, які утворюють зміст процесу соціалізації, особистісного самовираження та самореалізації [130, с.5; 52, с.34; 53, с.95; 54, с.79; 55, с.35]. Більш ширше описують об'єкт і предмет соціальної педагогіки вчені П. Шаптенко та Г. Вороніна. Об'єктом соціальної педагогіки вони вважають процес розвитку людини в соціумі на основі всієї сукупності соціальної взаємодії, а предметом – соціальне виховання, його мета, сутність, зміст, принципи, методи і форми реалізації [27, с.5].

Учені Ю. Василькова та Т. Василькова, визначають соціальну роботу як професійну діяльність із надання допомоги людині, групі осіб для поліпшення їх соціального становища. Соціальна педагогіка в їх розумінні – це розділ педагогіки зі своїми особливими методами соціальної, виховної та освітньої діяльності, спрямованими на самовиховання, самовдосконалення, самоорганізацію та самоствердження особистості [20,с.17].

Аналіз вище висвітлених підходів щодо інтерпретації змісту соціальної педагогіки та соціальної роботи засвідчив, що більшість учених соціальну роботу визнають як діяльність фахівців, спрямовану на соціальне обслуговування проблемних категорій населення і надання їм певного роду допомоги та підтримки, а соціальну педагогіку як науку, спрямовану на соціальне виховання та навчання особистості для її успішної самореалізації в соціумі.

У деяких країнах Європи та США немає професії «соціальний педагог», а завдання соціальної роботи полягає у створенні відповідних умов для повноцінного існування в суспільстві тих категорій населення, які з певних причин втратили можливість самостійно забезпечити собі цю потребу. Проте в більшості німецькомовних країнах ширшого використання набув термін «соціальна педагогіка», ніж «соціальна робота». У деяких регіонах Німеччини

всіх фахівців, хто працює в соціальній сфері, називають соціальними педагогами.

Не заперечуючи той факт, що міжнародним стандартам в більшій мірі відповідає вживання словосполучення «соціальна робота», ніж «соціальна педагогіка», що пов'язано з англо-американським терміном «socialwork», більшість зарубіжних учених сходяться в думці про те, що поділ усієї сфери діяльності соціальних служб на соціально-педагогічну і соціальну роботу є застарілим і неправомірним тому, що в практичній діяльності та науковій сфері між ними існує багато точок перетину [99, с.79]. Виходячи з цього твердження, можна говорити про певну тотожність соціальної педагогіки і соціальної роботи. На думку Л. Нікітіної, принципи цієї тотожності полягають у наступному: 1) соціальна педагогіка і соціальна робота є практичними механізмами соціальної політики; 2) ці напрями діяльності спрямовані на вирішення проблем пов'язаних із соціальною дезадаптацією та девіацією; 3) клієнти і їх проблеми мають спільну етимологію; 4) спостерігається спільність системних феноменів, на основі яких відбувається конвергенція поняттєвих полів різних сфер пізнання [98, с.16-17].

В ієрархії найважливіших професій, які відіграють ключову роль в житті людини та суспільства, на наш погляд, професії «соціальний педагог» і «соціальний працівник» заслуговують на першорядне місце. Незважаючи на деяку відмінність їх функцій і професійних ролей, і соціальні педагоги і соціальні працівники покликані здійснювати соціальну політику в нашій державі. Сутність соціальної політики, на думку багатьох дослідників, полягає в забезпеченні соціального захисту малозабезпечених верств населення, надання соціальної допомоги безробітним, людям похилого віку, дітям, інвалідам та іншим соціально незахищеним групам населення. За іншим трактуванням соціальна політика – це діяльність, пов'язана із задоволенням життєво важливих соціальних потреб не окремих груп чи верств населення, а всього населення країни [137, с.188]. У цьому визначенні яскраво відображена

зона професійного впливу, масштаби діяльності та рівень відповідальності соціальних педагогів і соціальних працівників.

На сучасному етапі соціальні педагоги можуть себе професійно реалізувати у: 1) соціальних службах спеціалізованих закладів (будинки для інвалідів та людей похилого віку, сімейні дитячі будинки, центри реабілітації, школи-інтернати, санаторні школи, школи соціальної реабілітації, спеціальні навчальні заклади для дітей, які потребують корекції фізичного та психічного розвитку та ін.); 2) соціально-педагогічних і соціально-психологічних службах закладів освіти (дошкільні заклади освіти, середні загальноосвітні та спеціалізовані школи, гімназії, ліцеї, колегіуми, професійно-технічні і заклади освіти, позашкільні освітні установи); 3) соціальних службах організацій, установ, підприємств і їх гуртожитків, творчих громадських та добродійних організаціях, фондах; 4) службах культурного дозвілля (дитячі клуби, будинки культури, ігрові майданчики); 5) службах фізкультурно-оздоровчої роботи (профілакторії, реабілітаційні комплекси та ін.) [80, с.15].

У психолого-педагогічній літературі багато уваги вчені приділяють визначенню і класифікації завдань та функцій працівників соціальної сфери. Зокрема, до функцій соціальних педагогів науковці відносять:

Діагностична функція соціально-педагогічної діяльності покликана виявляти окремі аномалії в певному мікросоціумі, конкретизувати проблему клієнта та виявляти індивідуальні та специфічні особливості клієнта чи певної групи, дає змогу адекватно розв'язувати соціально-педагогічні;

Прогностична функція в соціально-педагогічній діяльності полягає у передбаченні результатів зусиль соціального педагога щодо різних аспектів його професійної діяльності;

Профілактична функція має за мету виявлення, запобігання, обмеження асоціальних явищ, причин соціальної дезадаптації серед різних соціальних груп та окремих осіб, забезпечення умов для формування соціально-позитивної спрямованості особистості;

Соціально-пропедевтична функція спрямована на вчасне подолання кризових ситуацій та проблем клієнта на основі самоусвідомлення особистісного ставлення до себе, інших та навколишнього середовища;

Корекційно-реабілітаційна функція полягає в роботі для зміни та вдосконалення особистих якостей клієнта, особливостей життєдіяльності та створенні умов для розвитку потенційних можливостей осіб з функціональними обмеженнями, активне залучення їх до участі в суспільному житті;

Організаторська функція характеризує соціально-педагогічну діяльність із позиції соціального менеджменту, що полягає в структуруванні, плануванні, розподілі видів професійної діяльності та координаційної роботи з різними соціальними інститутами і представниками споріднених професій.

Реалізація усіх цих функцій є запорукою ефективної професійної діяльності [126, с.47-53].

Функції соціальних педагогів В. Сидоров об'єднує у дві групи – базові та соціальні. До базових функцій він відносить: діагностичну (оцінну), прогностичну, перетворювальну, до спеціальних – комунікативну, організаторську, правозахисну, превентивну, психотерапевтичну, рекламно-пропагандистську, соціально-медичну, соціально-педагогічну, соціально-економічну [118, с.8].

Вище висвітлені підходи щодо інтерпретації функцій соціальних педагогів не суперечать між собою, а навпаки ширше розкривають зміст і структуру соціально-педагогічної роботи. У процесі виконання цих функцій соціальні педагоги найчастіше здійснюють наступні види діяльності:

1. Виховна діяльність. Соціальний педагог виступає в ролі вчителя, консультанта, експерта. Соціальний педагог у таких випадках дає поради, навчає вмінням, встановлює зворотній зв'язок, застосовує рольові ігри як метод навчання.

2. Фасилітативна діяльність. Соціальний педагог відіграє роль помічника або посередника у подоланні апатії або дезорганізації особистості, коли їй це важко зробити самій. Діяльність соціального педагога при такому підході

спрямована на інтерпретацію поведінки, обговорення альтернативних напрямів діяльності та дій, роз'яснення ситуацій, підбатьорювання та спрямовування на мобілізацію внутрішніх ресурсів.

3. Адвокативна діяльність застосовується тоді, коли соціальний педагог виконує рольові функції адвоката від імені конкретної особи або групи людей, а також помічника тих людей, які виступають у ролі адвоката; такого роду діяльність спрямована на допомогу окремим людям у посиленні аргументації, підборі документальних обґрунтувань при вирішенні певних проблем тощо (В.Коваль).

Учена А. Москальова вказує на важливість здоров'язбережувальної діяльності соціальних педагогів, у переліку основних видів якої автор виокремлює профілактичну, оздоровчу, інформаційно-просвітницьку (з питань здоров'язбереження), соціально-психологічну. На її думку, основними напрямками здоров'язбережувальної діяльності соціальних педагогів є розвиток мотивації здоров'язбереження, формування здорового способу життя, соціальне виховання, організація ефективності праці, створення здоров'язбережувального середовища в освітніх установах, закладах праці чи відпочинку [92, с.145].

Учені Е. Водоп'янова, М. Галагузова, Л. Мардахаєв, Р. Овчарова зазначають, що здоров'язбережувальна діяльність є не тільки одним із найважливіших напрямів роботи соціального педагога, але і важливою умовою ефективності та якості його праці, а також алгоритмом професійного довголіття і здоров'я об'єктів соціально-педагогічної діяльності [100, с.187; 78, с.93].

У процесі досягнення цілей соціально-педагогічної діяльності соціальні педагоги, в той же час, виконують свої професійні ролі. Ґрунтуючись на вітчизняному та зарубіжному досвіді соціально-педагогічної діяльності, І. Зимня, виокремлює такі професійні ролі соціальних педагогів і соціальних працівників: визначення клієнта – напрям діяльності соціального працівника, спрямований на виявлення людей, або групи людей, у яких є труднощі. Завданням такого фахівця є визначення тих чинників із оточення, які створюють проблеми; брокер – соціальний працівник, який спрямовує людей

до діючих служб, що можуть бути їм корисними, щоб дати їм можливість використати систему соціальних послуг і організує діяльність цих служб; посередник – соціальний працівник, котрий знаходиться між двома людьми, людиною та групою або двома групами, для того, щоб допомогти людям подолати конфлікт та продуктивно співпрацювати разом; адвокат – соціальний працівник, котрий бореться за права людей, яким потрібна така допомога. Його діяльність передбачає обслуговування та допомогу окремим людям, групам, громадам, які борються за зміни в законах тощо; оцінювач – соціальний працівник, який збирає інформацію, оцінює проблеми людей, груп, громад, допомагає прийняти рішення для подальших дій; мобілізатор – соціальний працівник, який збирає, приводить в дію, запускає, активізує, організує діяльність вже існуючих або нових груп для вирішення проблем. Мобілізація може виконуватись і на індивідуальному рівні; учитель – соціальний працівник, котрий передає інформацію та знання людям, допомагаючи їм розвивати певні вміння; коректор поведінки – соціальний працівник, котрий працює над тим, щоб внести зміни у поведінкові стереотипи, навички та сприйняття людини чи групи людей; консультант – соціальний працівник, який діє разом з іншими колегами щоб допомогти їм удосконалити свої вміння щодо вирішення проблем клієнта; проектант громад – соціальний працівник, що планує і прогнозує діяльність громад; менеджер інформації – соціальний працівник, який збирає, класифікує та аналізує інформацію стосовно соціального середовища; адміністратор – соціальний працівник, який керує агентством, установою, програмою, проектом або соціальною службою; практик – соціальний працівник, котрий забезпечує конкретну допомогу в установах або безпосередньо на місцях [44, с.26-28]. Виконання соціальними педагогами цих ролей актуалізує у них проблему формування захисних ресурсів свого організму, розробки системи профілактики професійного здоров'я у процесі соціально-педагогічної діяльності.

Процес реалізації завдань та функцій соціально-педагогічної діяльності характеризується складністю, що зумовлено специфічними особливостями

об'єкта професійної діяльності соціальних педагогів, високим рівнем їх відповідальності за результат виконання поставлених завдань та ін. З огляду на це, дуже важливим питанням у процесі здійснення соціально-педагогічної діяльності є правильний вибір технології соціально-педагогічного впливу, від особливостей, характеру, спрямованості якої значною мірою залежить успіх у виконанні поставленого завдання.

Соціально-педагогічна технологія – це способи взаємодії соціального педагога (соціального працівника) із клієнтом, що забезпечують його соціалізацію в наявних або спеціально створюваних умовах. Сутність соціально-педагогічної технології полягає в операціоналізації процесу надання послуг і соціально-педагогічної допомоги, створенні алгоритму взаємодії соціального педагога з клієнтом [124, с.295].

Науковець Н. Зимівець [43] соціально-педагогічні технології розглядає як механізм забезпечення мотиваційної, інформаційної й операційної культури людини; інструмент, що стимулює вільний індивідуальний вибір на рівні сучасної культури, за якого змінюється поведінка суб'єктів виховання у процесі освоєння нової цінності або покращення свого стану, спонуки до доброчесності внутрішніми потребами та переконаннями.

Учені І. Зайнишева, А. Капська, Є. Холостова та ін. визначають наступні види прикладних технологій соціальної роботи: соціального контролю; соціальної профілактики; соціальної терапії; соціальної реабілітації; соціально-правового захисту; соціального страхування; соціального опікунства; соціального посередництва; соціального супроводу; соціального патронажу; соціальної корекції; рекламно-інформаційні тощо [18, с.11]. Характерними ознаками цих технологій є: спрямованість на допомогу у вирішенні різного роду проблем малозахисених категорій населення; соціальне виховання підростаючого покоління; превенція негативних, кризових явищ у суспільстві тощо. Така специфіка роботи вимагає від соціального педагога особливої емоційної рівноваги, психологічної стійкості для протидії негативним стрес-чинникам.

Завдання соціально-педагогічних технологій полягає у пошуку шляхів і засобів ефективного та результативного соціального впливу; застосування технологізації соціально-педагогічної діяльності для досягнення професійної мети.

Різноманітність соціально-педагогічних технологій вимагає від соціального педагога не тільки знань, умінь і навичок, а й великого напруження, значних затрат емоційно-вольових зусиль тощо.

Як ми вже зазначали, професія соціальної сфери відзначається універсальністю і специфічністю, що зумовлено низкою соціально-педагогічних, соціально-економічних, суспільно-політичних умов в яких виконують професійні обов'язки працівники соціальної сфери. Враховуючи цю важливу обставину та беручи до уваги висновки наукових досліджень (О. Гадзинської [29], І. Зверєвої [41], В. Ковалю [59], В. Курбатової [64], А. Мудрик [93] та ін.), ми припускаємо, що для надання фахової допомоги тим категоріям населення, які мають певні труднощі у взаєминах із соціумом, соціальним педагогам недостатньо володіти соціально-педагогічними знаннями, практичними вміннями і навичками, їм необхідно також відзначатись наявністю професійно важливих інтегральних особистісних проявів. До таких В. Овчарова відносить:

- гуманістичні якості (доброта, альтруїзм, почуття власної гідності тощо);
- психологічні характеристики (високий рівень емоційної стабільності, вольові якості тощо);
- психоаналітичні якості (самоконтроль, самооцінка);
- психолого-педагогічні якості (комунікабельність, красномовство, візуальність (зовнішня привабливість), почуття власної гідності (почуття безпечності, як прийняття відповідальності за власне життя, почуття незалежності – закріплення власної позиції в певній групі, почуття мети – визначення смислу життя; почуття компетентності – впевненості у власному професіоналізмі [163, с.17].

Цікавим є підхід Т. Яркіної [148] і Є. Ярської-Смірної [149, с.53] до класифікації професійно особистісних якостей соціального педагога:

1. Психофізіологічні характеристики, які обумовлюють здібності для соціально-педагогічної діяльності. Вони охоплюють: психічні процеси (сприйняття, пам'ять, уява, мислення), психічні стани (втома, апатія, стрес, тривожність, депресія), увага як стан свідомості, емоційні та вольові прояви (стриманість, наполегливість, послідовність, імпульсивність). Психологічні характеристики мають відповідати вимогам до фахової діяльності соціальних педагогів;

2. Психологічні якості, що характеризують соціального педагога як особистість: самоконтроль, самокритичність, самоаналіз, прагнення до самовдосконалення, самооцінка власних вчинків, а також стресовитривалість (фізична тренуваність, самонавіювання, вміння переключатися й управляти власними емоціями). Вони допомагають уникнути професійних стресів, здійснювати самоменеджмент – послідовне, цілеспрямоване використання ефективних методів і технологій самореалізації, саморозвитку творчого потенціалу. Також до цієї групи належать емоційна врівноваженість, низький рівень тривожності, творче мислення, послідовність у діях, наполегливість, стриманість, уважність, спостережливість;

3. Психолого-педагогічні якості, які впливають на ефект особистої привабливості: комунікабельність (уміння швидко налагоджувати контакт із людьми); емпатійність (здатність співпереживати); атрактивність (зовнішня привабливість особистості); красномовність (вміння гарно, майстерно говорити, ораторський хист); знання себе і вміння допомагати іншим у самопізнанні; щирість, вміння природно поводитись у стосунках з клієнтом тощо.

Соціальний педагог повинен мати наукове уявлення про здоровий спосіб життя, фізичну культуру; вміти складати психологічну характеристику особистості (темпераменту та здібностей, спроможностей, психологічного стану), знімати психологічне навантаження; володіти способами психічної саморегуляції тощо [37, с.84-86].

Аналіз вище висвітлених підходів до визначення та інтерпретації професійно важливих якостей та властивостей соціальних педагогів, дає змогу дійти висновку, що вченими недостатньо уваги приділяється дослідженню тих професійно-особистісних якостей та властивостей, які б сприяли превенції виникнення професійних захворювань у соціальних педагогів та формуванню культури їх професійного здоров'я.

Вивчення різних наукових підходів до визначення та інтерпретації професійно-важливих особистісних характеристик соціального педагога дав змогу сформувати власний погляд на це питання. З огляду на це, пропонуємо доповнити їхній перелік такими професійно-важливими особистісними характеристиками соціальних педагогів, які на нашу думку, обумовлять збереження професійного здоров'я фахівців у процесі соціально-педагогічної діяльності (рис.1. 4.).

Аналіз наукової літератури свідчить, що вітчизняними та зарубіжними вченими проведено багато досліджень для вивчення теоретичних засад соціально-педагогічної діяльності, особливостей професійної підготовки соціальних педагогів, розробки соціально-педагогічних технологій роботи з проблемними категоріями населення та ін. Але, зважаючи на складність об'єкта, завдань та функцій соціально-педагогічної діяльності, ступінь відповідальності соціальних педагогів за результат вирішення складних соціальних завдань, на сьогоднішній день недостатньо вивченими є питання формування культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів, дослідження шляхів і засобів збереження професійного здоров'я соціальних педагогів в умовах виконання ними професійних обов'язків, готовності майбутніх соціальних педагогів до здоров'язбережувальної діяльності.



Рис. 1.4. Професійно-значущі здоров'язберезувальні властивості та характеристики соціального педагога

Для вивчення сучасного стану підготовки майбутніх соціальних педагогів до здоров'язберезувальної діяльності і сформованості культури їх професійного здоров'я в період навчання ми провели аналіз навчальних планів, за якими здійснюється підготовка студентів зі спеціальності «Соціальна педагогіка» у Тернопільському національному педагогічному університеті імені Володимира Гнатюка, Дрогобицькому державному педагогічному університеті імені Івана Франка, Кам'янець-Подільському національному університеті імені Івана Огієнка, Ужгородському національному університеті та Національному

педагогічному університеті імені Михайла Драгоманова на предмет наявності в них дисциплін, вивчення яких сприяє формуванню культури професійного здоров'я.

Дослідження дало змогу виявити дисципліни («Вікова фізіологія і валеологія», «Основи медичних знань», «Самовиховання і саморегуляція», «Фізичне виховання», «Формування здорового способу життя», «Основи психогігієни» та ін.) засвоєння змісту навчальних програм яких сприяє формуванню у майбутніх соціальних педагогів загальних уявлень про шляхи і способи збереження здоров'я, засвоєнню знань та вмінь для організації здорового способу життя. Для оволодіння навичками здоров'язбережувальної навчально-професійної діяльності, культурою професійного здоров'я цього не достатньо.

У процесі вивчення дисципліни «Вікова фізіологія і валеологія» студенти опановують знання про особливості функціонування та розвитку організму в онтогенезі, ознайомлюються з науково обґрунтованими способами збереження здоров'я, законами і принципами життєдіяльності живого організму, його властивостями і функціями. Метою курсу «Основи медичних знань» є озброєння студентів фундаментальними медичними знаннями та вміннями, які необхідні для правильного надання першої медичної допомоги потерпілим внаслідок травм, отруєнь чи іншої дії загрозливих чинників для життя і здоров'я людини. Вивчення дисципліни «Самовиховання і саморегуляція» сприяє цілеспрямованій діяльності студентів із самовдосконалення своєї особистості, розкриває способи та шляхи регулювання різних сфер організму (поведінкової, емоційної, вольової, психічної). На заняттях із курсу «Фізичне виховання» студенти опановують техніки, які спрямовані на формування, зміцнення та загартування організму, вивчають технології формування фізичних якостей. Метою навчального курсу «Формування здорового способу життя» є: оволодіння студентами базовими знаннями з теорії формування здорового способу життя, практикою її впровадження; прищеплення навичок розробки і оцінки проектів щодо формування здорового способу життя [125, с.281].У

процесі вивчення дисципліни «Основи психогігієни» майбутні соціальні педагоги оволодівають знаннями технологій збереження і зміцнення психічного здоров'я, шляхів превенції психосоматичних, нервово-психічних захворювань. У процесі вивчення дисциплін «Основи професійної комунікації», «Соціальна діагностика та соціальна корекція» майбутні фахівці опановують навички успішної взаємодії та спілкування з різними категоріями населення які відрізняються за родом, характером та рівнем складності життєвих обставин, в які вони потрапили. Метою вивчення курсів «Соціальна діагностика та соціальна корекція», «Соціальна конфліктологія» є озброєння студентів необхідними діагностичними знаннями, оволодіння вміннями правильно підбирати діагностичні методики в залежності від об'єкта впливу та предмета соціально-педагогічної діяльності, здатності успішно вирішувати конфліктні ситуації у соціальному середовищі. У процесі вивчення дисципліни «Психологія стресу» майбутні соціальні педагоги поглиблюють знання про причини виникнення стресу, наслідки його впливу на організм людини, ознайомлюються з технологіями подолання негативними стрес-чинників.

Аналіз навчальних програм означених дисциплін підготовки соціальних педагогів свідчить про те, що вони закладають основу валеологічної компетентності майбутніх фахівців, але змістове наповнення цих дисциплін і та кількість годин, яка відведена для їх вивчення, на наш погляд, не забезпечує повною мірою можливість оволодіння студентами культурою професійного здоров'я.

Про це свідчать і результати проведеного нами анкетування студентів випускних курсів спеціальності «Соціальна педагогіка» у Тернопільському національному педагогічному університеті імені Володимира Гнатюка і Кам'янець-Подільському національному університеті імені Івана Огієнка. При розробленні анкети «Оцінка ставлення майбутніх соціальних педагогів до проблеми формування культури здоров'я» (Додаток Б) ми використовували методичні рекомендації Г. Цехмістрової [141, с.41] та І. Бутенко [17, с.9], що

забезпечило можливість отримання більш точних і об'єктивних результатів анкетування.

Із опитаних нами студентів випускних курсів бакалаврату спеціальності «Соціальна педагогіка» у Кам'янець-Подільському національному університеті імені Івана Огієнка і Тернопільському національному педагогічному університеті імені Володимира Гнатюка на питання «Як Ви оцінюєте власне здоров'я?» 49% респондентів відповіли, що оцінюють своє здоров'я як хороше, водночас 19% майбутніх соціальних педагогів відзначають наявність у себе шкідливих звичок. Вважають, що добре володіють інформацією щодо наукових основ ведення здорового способу життя, 28,5% студентів; 66,6% – обрали варіант відповіді «частково володію». Це підтверджує наше припущення про необхідність розробки і впровадження в процес підготовки соціальних педагогів спеціальної програми, зміст якої забезпечив би можливість оволодіння студентами культурою професійного здоров'я.

Невеликою є кількість студентів, готових до здійснення валеологічної діяльності (23,8%), що свідчить про недостатню практичну підготовку майбутніх фахівців із питань здоров'ятворення. На питання «Чи використовуєте Ви здобуті валеологічні знання на практиці?» 38% студентів відповіли, що використовують, 33,3% – не використовують і 61,7% майбутніх соціальних педагогів використовують здобуті валеологічні знання тільки у ситуаціях, пов'язаних із відпочинком. 19% студентів зазначили, що дотримуються здорового способу життя, варіант відповіді «частково дотримуюсь» обрали – 80% майбутніх фахівців, що свідчить про низьку мотивацію студентів до здійснення здоров'язбережувальної діяльності.

Аналіз результатів анкетування майбутніх соціальних педагогів, які навчаються на випускних курсах магістратури у вищезазначених вищих закладів освіти, свідчить, що вони більш критично і об'єктивно підходять до оцінки власної валеологічної компетентності, стану професійного здоров'я.

На питання «Як ви оцінюєте своє здоров'я?», тільки 25% опитаних студентів оцінили своє здоров'я як «хороше», 21% майбутніх фахівців

констатували наявність у себе шкідливих звичок; 33,3% студентів вважають, що добре володіють інформацією щодо наукових основ ведення здорового способу життя, відповідь «частково володію», обрали – 66,6% опитаних. На питання «Чи використовуєте Ви здобуті валеологічні знання на практиці?» 66,6% майбутніх фахівців відповіли що використовують, проте тільки 33,3% студентів ведуть здоровий спосіб життя. Невпевнені у своїй готовності до здійснення валеологічної діяльності 83,3% майбутніх соціальних педагогів.

На основі аналізу навчальних планів та змісту навчальних програм дисциплін, які вивчають студенти спеціальності «Соціальна педагогіка» у процесі професійної підготовки у закладах вищої освіти, а також результатів проведеного нами анкетування для з'ясування оцінки ставлення майбутніх соціальних педагогів до проблеми формування культури здоров'я, ми дійшли висновку про необхідність спеціальної підготовки майбутніх соціальних педагогів до здоров'язбережувальної діяльності та наукову доцільність включення в процес підготовки студентів зі спеціальності «Соціальна педагогіка» курсу (змістового модуля) «Професійне здоров'я соціального педагога», навчальна програма якого містила б собі необхідні науково обґрунтовані знання з питань формування, збереження та зміцнення професійного здоров'я, а також забезпечила б успіх у формуванні культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів в період навчання у закладі вищої освіти.

Отже, соціально-педагогічна діяльність характеризується своєю складністю, високим рівнем відповідальності, підвищеним емоційним напруженням, що у більшості випадків призводить до погіршення професійного здоров'я соціальних педагогів. Тому існує необхідність озброїти майбутніх фахівців необхідними знаннями та вміннями для подолання тих труднощів, з якими пов'язана їх професія. Вирішенню цього завдання сприятиме запропонований нами семінар-тренінг «Конструктивне подолання професійних труднощів соціально-педагогічної діяльності».

Висновки до першого розділу

Необхідність збереження професійного здоров'я соціальних педагогів обумовлена складністю, стресогенністю їх професії. Робота в умовах підвищеної емоційного напруження вимагає від фахівців надмірних затрат фізичних, моральних, психологічних, вольових резервів власного організму.

У результаті дослідження дефініцій «культура», «здоров'я», «культура здоров'я» на основі аналізу та узагальнення психолого-педагогічних та медико-біологічних знань визначено сутність досліджуваного феномена «культура професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів» як цілісного, динамічного особистісного утворення, що ґрунтується на усвідомленні цінності здоров'я, стійкій мотивації до здоров'ятворчої життєдіяльності, знаннях шляхів і засобів здоров'язбереження, які успішно реалізуються у соціально-педагогічній діяльності, забезпечують високу продуктивність праці, сприяють особистісній та професійній самореалізації.

Дослідження сутнісних аспектів культури професійного здоров'я соціального педагога дало змогу виокремити аксіологічну (глибоке усвідомлення цінності професійного здоров'я), регулятивну (емоційна і вольова регуляція діяльності фахівця), гносеологічну (пізнання своїх морфофункціональних особливостей, виявлення і мобілізація прихованих резервів організму), превентивну (містить в собі комплекс профілактичних заходів, спрямованих на попередження порушень у фізичному, психологічному та соціальному самопочутті), рефлексійну (полягає у глибокому пізнанні фахівцем себе як основного творця здоров'я, від рівня і якості якого залежить здоров'я об'єктів соціально-педагогічного впливу), креативну (виявляється у творчому підході до вирішення професійних завдань, пошуку та розроблення здоров'язбережувальних технологій) функції цього феномена.

Виокремлено компоненти культури професійного здоров'я: мотиваційно-ціннісний (відповідає рівню розвитку потребнісно-мотиваційної сфери соціального педагога щодо культури професійного здоров'я), емоційно-вольовий (передбачає розширення сфери емоційних переживань відносно свого здоров'я, здоров'ятворення, здоров'язбереження та протидії здоров'яруйнівним чинникам завдяки прояву вольових зусиль), змістово-операційний (вміщує

методологічні, теоретичні, методичні, технологічні та індивідуальні знання, а також необхідні вміння і навички щодо формування культури професійного здоров'я), рефлексійно-оцінний (виявляється у створенні власної стратегії здоров'язбереження, в основі якої лежить розуміння значущості культури здоров'я для особистого саморозвитку, самореалізації).

Виокремлено критерії: 1) ціннісне ставлення до професійного здоров'я; 2) емоційно-вольова регуляція здоров'язбережувальної діяльності; 3) володіння здоров'язбережувальними знаннями та вмінням; 4) розуміння особистої відповідальності за стан власного професійного здоров'я; відповідні їм показники: 1) усвідомлення потреби у збереженні і зміцненні професійного здоров'я, потреба у здоров'ятворчих знаннях і вміннях та їх реалізації у професійній діяльності, створення власної філософії здоров'я і планування професійної діяльності у відповідності з нею, усвідомлення значущості здоров'язбережувальної професійної діяльності; 2) позитивне емоційне ставлення до здоров'язбережувальної діяльності, контроль за втіленням у життя і професійну діяльність принципів здоров'ятворення, позитивні емоційні переживання, пов'язані з трансляцією здоров'ятворчих знань і вмінь у професійну діяльність; 3) методологічні, теоретичні, методичні, технологічні та індивідуальні знання, необхідні для збереження і зміцнення професійного здоров'я; 4) усвідомлення себе суб'єктом здоров'язбережувальної діяльності, об'єктивна оцінка рівня володіння здоров'ятворчими знаннями і вміннями, здатність до самоаналізу і саморегуляції діяльності зі збереження і зміцнення професійного здоров'я; та рівні (елементарний, репродуктивний, достатній, творчий) сформованості культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів.

Результати проведеного нами анкетування майбутніх соціальних педагогів засвідчили недостатню мотивацію до здоров'язбережувальної діяльності, відсутність достатніх знань шляхів і засобів збереження і зміцнення професійного здоров'я, низький рівень прояву вольових зусиль для формування і розвитку культури професійного здоров'я. Дослідження сучасного стану сформованості культури професійного здоров'я майбутніх соціальних свідчить про недостатню зорієнтованість навчальних програм дисциплін, які входять у

навчальні плани підготовки соціальних педагогів на формування культури їх професійного здоров'я, недостатньо уваги приділяється проблемі збереження професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів. Все це свідчить про необхідність цілеспрямованої підготовки майбутніх соціальних педагогів до здоров'язбережувальної діяльності та створення системи формування культури професійного здоров'я.

Основні наукові положення розділу викладені в опублікованих працях автора [81;82;83;84;85;86;87;88].

Список використаних джерел у першому розділі

1. Авдєєнко І.М. Розвиток культури здоров'я студентів в освітньому середовищі вищого навчального закладу: дис. ... канд. пед. наук : 13.00.07 / Нац. ун-т імені Н.В. Каразіна. Харків, 2016. 238 с.
2. Алёшина Л.И. Формирование мотивации здорового образа жизни будущего учителя в процессе профессиональной подготовки: дисс. ... канд. пед. наук: 19.00.01 / Орл. Гос. ун-т. имени И.С. Тургенева. Волгоград, 1998. 198 с.
3. Амосов Н.М. Природа человека. Київ: Собор. 1983. 178 с.
4. Ананьев Б.Г. Человек как предмет познания. Л: ЛГУ, 1968. 336 с.
5. Апанасенко Г.А., Попова А.О. Медична валеологія (вибрані лекції) Київ: Здоров'я. 1993. 243 с.
6. Бабич В.І. Підготовка майбутніх учителів фізичного виховання до формування культури здоров'я школярів: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Луган. нац. пед. ун-т. ім. Тараса Шевченка. Луганськ, 2006. 315 с.
7. Бажук О.В. К вопросу о проблеме взаимодействия факторов профессионального выгорания и ресурсов его преодоления. *Казанская наука*. 2011. № 11. С. 305-308.
8. Барабанщиков А.В. Проблемы педагогической культуры преподавателей вузов (к вопросу о сущности педагогической культуры). *Советская педагогика*. 1981. № 1. С. 71-78.
9. Берсенева Т.А. Валеологический аспект урока: типодифференциальный подход к учащимся. *Здоровье и образование: концептуальные основы педагогической валеологии*. С-Пб., 1994. С. 46-48.
10. Богучарова О.І. Синдром професійного вигорання серед українських медичних працівників та педагогів. Вісник Київського університету. *Соціологія. Психологія. Педагогіка*. 2003. № 17-18. С.59-63.
11. Бойчук Ю.Д. Еколого-валеологічна культура майбутнього вчителя: теоретико-методологічні аспекти : монографія. Суми: Університетська книга, 2008. 357 с.

12. Бондин В.И. Валеология: физическое состояние и здоровье человека. Ростов н/Д: РГПУ, 1988. 163 с.
13. Борисов М.М. Формирование здорового образа жизни у будущих учителей в процессе физического воспитания: автореф. дисс. ...канд. пед. наук. 13.00.01 / Рос. акад. наук. Москва, 1993. 16 с.
14. Брехман И.И. Валеология – наука о здоровье. Москва: Физкультура и спорт, 1990. 208 с.
15. Брехман И.И. Введение в валеологию – науку о здоровье. Л.: Наука, 1998. 128 с.
16. Братусь Б.С. Аномалии личности. Москва: Наука, 1988. 266 с.
17. Бутенко И. А. Анкетный опрос как общение социолога с респондентами / И.А. Бутенко. Москва: Ключ, 1989. 254 с.
18. Вайнола Р.Х. Технологізація соціально-педагогічної роботи: теорія та практика. Навчальний посібник / ред. С.О.Сисоєвої. Київ: ННУ імені М.П. Драгоманова, 2008. 134 с.
19. Вайнер Э.Н. Общая валеология. Липецк: «Альфа», 1998. 183с.
20. Василькова Ю.В., Василькова Т.А. Социальная педагогіка. Москва: Изд. центр «Академия», 2000. 312 с.
21. Васильева О., Журавлева Е. Здоровый образ жизни: стереотипные представления и реальная ситуація. *Народное образование*. 1999. № 10. С. 202-207.
22. Венедиктов Д.Д., Бусел В.Т. Сучасна українська мова. *Великий тлумачний словник*. Київ. Ірпінь: ВТФ «Перун», 2003. 1440 с.
23. Венедиктов Д.Д. Социально-философские проблемы здравоохранения. *Вопросы философии*. 1980. № 4. С. 137–139.
24. Вієр М., В. Оржеховська. Школа – територія здоров'я: Навчально-методичний посібник. Київ: Optima, 2006. 173 с.
25. Виленский М.Я. Формирование физической культуры личности учителя впроцессе его профессиональной подготовки: дисс. ... докт. пед. наук. 13.00.07. Волгоградск. гос. ун-т. Ростов, 1990. 484 с.

26. Видюк А., Дойнова Е., Савельева С. *Формирование культуры здоровья в общеобразовательных школах: материалы IV Межд. конгресс. Олимп. спорт и спорт для всех: проблемы здоровья, рекреации, спорт. медицины и реабилитации.* Киев: Олимп. лит-ра, 2000. с. 347.
27. Воронина Г.А., Шептенко П.А. *Методика и технология работы социального педагога: учебн. пособ. для студ. высш. пед. пед. учеб. заведений /* под. ред. В.А. Сластенина. Москва: Издательский центр «Академия», 2001. 208 с.
28. Галецька І., Сосновський Т. *Психологія здоров'я: теорія і практика.* Львів : Вид. центр ЛНУ ім. І. Франка, 2006. 338 с.
29. Гадзинська О.М. *Професійно важливі якості соціального працівника. Практична психологія та соціальна робота.* Київ, 2007. № 7. С.78-80.
30. Глинянова И.Ю. *Основы педагогической валеологии: Проблемы ирешения.* И.Ю. Глинянова. Волгоград: Перемена, 1998.183 с.
31. Гомонюк О. *Педагогічні аспекти формування професійно-педагогічної культури майбутнього соціального педагога. Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія Соціальна робота. Педагогіка.* 2008. Вип.13. С.45-48.
32. Гонтаровська Н. *Проблема створення освітнього середовища в педагогічній теорії та практиці. Імідж сучасного педагога.* 2007. № 1. С. 15-20.
33. Горашук В.П. *Культура здоров'я – новий сучасний напрям формування здорового покоління. Проблеми освіти.* 2006. Вип. 48. С.184-189.
34. Горашук В.П. *Формирование культуры здоровье школьников (теория и практика) .* Луганск: Альма-матер, 2003. 376 с.
35. Грицко В., Котова. А. *У пошуках «зони здоров'я» становлення біоекології. Вісник НАНУ.* 2001. № 8. С.23-27.
36. Грицук О.В. *Збереження професійного здоров'я вчителів як проблема сучасної психології. Учёные записки Московского гуманитарного педагогического института.* Москва, 2005. Т. 2. С. 116-118.
37. Євтух М.Б., Сердюк О.П. *Соціальний педагог: професія та*

особистість. *Соціальна педагогіка*. 2002. № 2. С. 76-88.

38. Журавлева Е.А. Трудности профессиональной самореализации социального. *Учёные записки МГПИ*. 2003. № 4. С. 453-458.

39. Завидівська Н.Н. Професійно-прикладні основи формування здорового способу життя студентів вищих навчальних закладів економічного профілю: дис. ... канд. ... пед. наук: 13.00.04 / Нац. пед. ун-т. імені. М.П. Драгоманова. Київ, 2002. 230 с.

40. Захарченко Е.Ю. Развитие педагогической культуры учителя в условиях обновления школы. Ростов н/Д: «Академвидав», 1995. 219 с.

41. Зверева І.Д. Компетентність. *Соціальна педагогіка: мала енциклопедія* / ред. І.Д. Зверєвої. Київ: Центр навч. літ-ри, 2008. С. 107-110.

42. Здоровье–21: Основы политики достижения здоровья для всех в Европейском регионе ВОЗ: Введение. Европейская серия по достижению здоровья для всех, 1998. № 5. Копенгаген: ВОЗ (ЕРБ). Здоровье для всех к 2000 году. Материалы ВООЗ при ООН, 1995. 184 с.

43. Зимівець Н.В. Сутність, принципи та структура соціально-педагогічних технологій формування відповідального ставлення до здоров'я в учнівської молоді. *Педагогіка та психологія*: електрон. наук. фах. вид. 2005. Вип. 271. URL: <http://www.psyh.kiev.ua/> (дата звернення: 17. 06.2016).

44. Зимняя И.А. Профессиональные роли и функции социального работника (общие проблемы подготовки специалиста). *Российский журнал социальной работы*. 1995. №1. С.23-31.

45. Иванюшкин А.Я. «Здоровье» и «болезнь» у системе ценностных ориентации человека. Москва: *Вест. АМН. СССР*, 1982. N4. - С.29-33.

46. Ильин Б.Н. О понятии «здоровье» человека. *Вестник АМН СССР*. 1988. №4. С. 18–20.

47. Илларионова Л.П. Формирование духовно-нравственной культуры учителя в системе непрерывного педагогического образования: автореф. дисс. ... д-ра. пед. наук: 19.00.07/ Росс. гос. соц. ун-т. Л.П. Илларионова, 2002. 35 с.

48. Ильин В.С. Формирование личности школьника (целостный процесс). Москва: «Академия», 1984. 144 с.
49. Исаев И.Ф. Теоретические основы формирования профессионально-педагогической культуры преподавателя высшей школы: дисс. ... д-ра. пед. наук: 13.00.08 / Кубанск. гос. ун-т. Москва, 1993. 435 с.
50. Исаев И.Ф. Теория и практика формирования профессионально-педагогической культуры преподавателя высшей школы. *Вопросы психологии*. 1993. 218 с.
51. Калюжный А.А. Социально-психологические основы имиджа учителя: автореф. дис. ... д-ра психол. наук: 19.00.05 / Ярослав. гос. ун-т им. П.Г. Демидова. Ярославль, 2006. 34 с.
52. Капська А.Й. Формирование готовности студентов педагогических вузов к исполнительско-речевой деятельности в системе профессиональной подготовки: автореф. дисс. ... док. пед. наук. 13.00.01 / Нац. пед. ун-т імені М.П. Драгоманова. Київ, 1989. 86 с.
53. Капська А.Й. Соціальна педагогіка: Навч. посібник. Український держ. центр соціальних служб для молоді. Київ: Наука, 2000. 264 с.
54. Капська А.Й. Соціальна робота: деякі аспекти роботи з дітьми та молоддю: Навч. посібник. Київ: УДЦССМ, 2001. 219 с.
55. Капська А.Й. Сім'я і ЗСЖ. *Психолог*. 2002. № 21-24. С. 33-38.
56. Кириленко С. В. Соціально-педагогічні умови формування культури здоров'я старшокласників: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.07 / Інститут проблем виховання Академії пед. наук України. Київ, 2004. 21 с.
57. Кириленко С.В. Соціально-педагогічні умови формування культури здоров'я старшокласників: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.07 / Інст. пробл. вих. Академії пед. наук України. Київ, 2004. 240 с.
58. Коваль В.О. Актуальні проблеми здоров'я дітей та молоді, що мають бути об'єктом валеологічної діяльності соціального педагога. *Соціальні технології. Актуальные проблемы теории и практики (международный*

межвузовский сборник научных работ). Выпуск 22. Киев, Москва, Одесса, Запорожье, 2004. Выпуск 22. С. 78-83.

59. Коваль Л.Г., Хлебик С.Р. Соціальна педагогіка / Навчальний посібник. Київ: Освіта і наука, 1997. 251 с.

60. Кривошеєва Г.Л. Формування культури здоров'я студентів університету: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Донецький національний ун-т. Луганськ, 2001. 20 с.

61. Кривошеєва Г.Л. Формування культури здоров'я студентів університету: дис.... канд. пед. наук: 13.00.04 / Донецький національний ун-т. Луганськ, 2001. 228 с.

62. Крылова Н.Б. Формирование культуры будущего специалиста: Методологическое пособие. Москва: Высшая школа, 1990. 142с.

63. Кудрявцева Е.Н. Здоровье человека: проблемы, суждения. *Вопросы философии*. 1987. № 12. С. 11–12.

64. Курбатова О.В. Социальное проектирование. Ростов Н/Д: Феникс, 2001. 265с.

65. Лагода О.М., Стеценко К.М. Імідж як стилістична характеристика особистості. *Черкаський державний технологічний університет. Вісник ХДАДМ*. Київ, 2008. Т.1. С. 54-65.

66. Леман Г. Практическая физиология труда. М.: Медицина, 1967. 300с.

67. Лисицын Ю.П., Сахно А.В. Здоровье человека – социальная ценность. Москва: Мысль, 1989. 272 с.

68. Лисицын Ю.П., И.В. Полудива. Здоровый образ жизни ребёнка. Москва: Владос, 1984. 234 с.

69. Лотман Ю.М. Избранные статьи / уклад. Ю.М.Лотман. Таллинн: Александра, 1993. Т.3. 480 с.

70. Лууле В. Душевный свет. Екатеринбург: Фактория, 2003. 240 с.

71. Любарская А. Мир различий. Сборник упражнений для учащихся общеобразовательных школ. Москва: ИД «Высь», 2003. 341 с.

72. Макаренко С. Психолого-педагогічні передумови формування здорового способу життя. *Педагогічна думка*. Львів. 2004. № 3. С.21-26.
73. Маклаков А.Г. Основы психологического обеспечения профессионального здоровья военнослужащих: автореф. дисс. ...д-ра психол. наук: 19.00.03 / Ленингр. гос. ун-т. им. А. С. Пушкина. Санкт-Петербург, 1996. 42 с.
74. Маркова А.К. Психология профессионализма. Москва: Владос, 1996. 123 с.
75. Мардахаев Л.В. Профессиональная деятельность и деформация личности. Москва: Наука, 2001. 320 с.
76. Мардахаев Л.В. Социальная педагогика: курс лекций. Москва: Изд-во. МГСУ, 2002. 256 с.
77. Методи і технології роботи соціального педагога: навч. посіб. / авт.-уклад. : С.П. Архипова, Г.Я. Майборода. Київ: Слово, 2011. 496 с.
78. Методика и технологии работы социального педагога / под ред. Галагузовой М. и Мардахаева Л.. Москва: Академия, 2002. 284 с.
79. Мешко Г.М. Професійне здоров'я педагога як стратегічна проблема сучасної школи. *Практична психологія та соціальна робота*. 2009. №6. С. 4–8.
80. Міщик Л.І. Теоретико-методологічні основи професійної підготовки соціального педагога у закладах вищої освіти: автореф. дис. ... докт. пед. наук: 13.00.04 / Луг. нац. пед. ун-т. Київ, 1997. 35 с.
81. Митина Л. Профессиональное здоровье учителя: стратегия, концепции, технология. *Народное образование*. 1998. № 9-10. С. 167-170.
82. Митяева А.М. Психолого-педагогические условия становления валеологической культуры младших подростков: автореф. дисс. ... канд. пед. наук: 13.01.01 / Орлов. гос. ун-т. Орел, 1999. 20 с.
83. Мойсеюк В.П. Культура здоров'я соціального педагога як стратегічна проблема сучасного суспільства. *Освіта регіону: політологія, психологія, комунікації*. 2011. №3. С. 331-335.

84. Мойсеюк В.П. Чинники професійного здоров'я соціального педагога. *Науковий вісник Волинського національного університету імені Лесі Українки*. 2012. №7. С. 144-149.

85. Мойсеюк В.П. Проблема професійного вигорання в соціально-педагогічній роботі. *Освіта регіону: політологія, психологія, комунікації*. 2013. №3. С. 234-238.

86. Мойсеюк В.П. Сучасний стан формування культури професійного здоров'я. *Збірник наукових праць Херсонського національного технічного університету*. Херсон, 2013. Вип. 1 (8). С. 328-231.

87. Мойсеюк В.П. Теоретическое обоснование модели формирования культуры профессионального здоровья социального педагога. *Современный научный вестник*. Белгород, 2013 . №20 (159). С. 69-78.

88. Мойсеюк В.П. Сучасні підходи до вивчення феномену здоров'я. *Соціум. Наука. Культура: матеріали восьмої Міжнародної науково-практичної Інтернет - конференції (м. Київ, 24-26 січня 2012 р)*. Київ, 2012. Ч. 4. С. 29-30.

89. Мойсеюк В.П. Здоров'ятворчі якості та властивості соціального педагога. *Проблеми компетентісного підходу у підготовці майбутніх вчителів: тенденції та перспективи: матеріали Всеукраїнської наукової конференції (м. Кривий Ріг, 4-6 жовтня 2012 р.)*. Кривий Ріг, 2012. С. 20-22.

90. Мойсеюк В.П. Чинники професійного здоров'я соціального педагога. *Здоров'я, освіта, наука та самореалізація молоді: матеріали IV Міжнародної науково-практичної конференції (м. Рівне, 29-30 березня 2012 р.)*. Рівне, 2012. С. 16-18.

91. Москалева А.С. Формирование готовности к здоровьесберегающей деятельности у студентов-будущих социальных педагогов. *Педагогическое образование и наука*. 2009. № 10. С. 16-23.

92. Москалева А. С. Становление субъектной профессионально-личностной позиции студента в процессе комплексной педагогической практики. *Организация студенческих практик в рамках Болонских критериев: материалы международной научно-практической конференции,*

г. Екатеринбург, 23-25 янв. 2008 г. / ред. И. А. Ахьямова. Ч. 2. Екатеринбург : Урал. гос. пед. ун-т, 2008. С. 141-147.

93. Мудрик А. Социальная педагогика: учеб. для студ. педвузов. Москва : Изд. центр «Академия», 1999. 184 с.

94. Нагавкина Л.С., Татарникова Л.С. Валеологические основы педагогической деятельности: учебно-методическое пособие. Москва : Изд. центр «Академия», 2005. 264 с.

95. Ніколаєску І. Імідж як презентаційна складова особистісних проявів соціального педагога. *Соціальна педагогіка: теорія і практика*. 2007. № 3. С. 88-92.

96. Немов Р. С. Психология. 4-е изд. Москва: ВЛАДОС, 2003. 390с.

97. Никифоров Г.С. Надёжность профессиональной деятельности. Санкт-Петербург, 1993. 440 с.

98. Никитина Л.Е. Социальная педагогика: учебное пособие для вузов. Москва: Академический Проект, 2003. 269 с.

99. Обучение практике социальной работы: Международный взгляд и перспективы / за заг. ред.: Д. Доэла, С. Шардлоу; пер. с англ. Ю.Б. Шапиро. Москва: Аспект Пресс, 1997. 223 с.

100. Овчарова Р.Г. Справочная книга социального педагога. Москва: ТЦ «Сфера», 2001. 248 с.

101. Овчарова Р.В. Справочная книга социального педагога. Москва: Ключ, 2001. 365 с.

102. Ожегов С.И. Системный подход. *Словарь русского языка* / ред. Н.Ю. Шведова. Москва: Сов. Энциклопедия, 1973. 846 с.

103. Оржеховська В.М. Педагогіка здорового способу життя. *Проблеми освіти*. 2006. Вип 48. С.3-4.

104. Оржеховська В.М. Здоровий спосіб життя як пріоритетна успішність у вихованні дітей і підлітків. *Формування, збереження, зміцнення здоров'я підростаючого покоління як обов'язковий компонент системи національної*

освіти: матеріали міжнар. наук-практ. конф. з валеології (м. Дніпропетровськ 22–24 жовтня 1996 р.). Дніпропетровськ, 1997. С. 35–43.

105. Основи наукових досліджень Навчальний посібник / за ред. Г.С. Цехмістрової. Київ : Видавничий Дім «Слово», 2003. 240 с.

106. Петровский А.В. Проблема развития личности с позиций социальной психологии. *Вопросы психологии*. 1984. № 4. С. 15-30.

107. Піндер Л. Новий погляд на структуру: Вивчення становища щодо розвитку політики пропагування здоров'я в Канаді. *Пропагування здоров'я*, 1988. Т. 3. №2. с. 205-212. (Вид-во Оксфорд. ун-ту).

108. Пономаренко В.А. Психология жизни и труда лётчика. Москва: Наука, 1992. 233 с.

109. Професійна етика соціального педагога: навч.-метод. посіб. для студ. вищ. навч. закл. / за заг. ред.: С. Я. Харченко, Н. П. Краснова, Л. П. Харченко. Луганськ: Вид-во ДЗ «ЛНУ імені Тараса Шевченка», 2009. 562 с.

110. Практическая психология для преподавателей / кол. авт. Тутушкина М.К. и др. Москва: «Филинь», 1997. 328 с.

111. Професійна освіта: Словник: навч. посібник / уклад. С.У. Гончаренко та ін. ред. Н.Г. Ничкало. Київ: Вища школа, 2000. С.159-165.

112. Психологічна енциклопедія / авт.-уклад. О.М. Степанов. Київ: «Академвидав», 2006. 424 с.

113. Психология менеджмента. Санкт-Петербург: Перемена, 2000. 571с.

114. Психология здоровья: учебник для вузов / ред. Г.С.Никифорова. Санкт-Петербург: Питер, 2003. 607 с.

115. Ронгинская Т.И. Синдром выгорания в социальных профессиях. *Психологический журнал*. 2002. №3. Т.23. С. 85-95.

116. Семеркова Л.Г. Формування здорового способу життя. *Виховна робота в школі*. 2009. №3. С. 2-15.

117. Сергеев Н.К. Непрерывное педагогическое образование: концепция и технологии учебно-научно-педагогических комплексов (вопросы теории): монография. Волгоград, 1997. 166 с.

118. Сидоров В.М. Від поняття «здоров'я» до категорії. Київ: Промінь, 1990. 155с.
119. Скумин В.А. Культура здоров'я – фундаментальна наука о человеке. Новочеркасск: ТЕРОС, 1995. 132 с.
120. Слостенин В.А. Профессионально-педагогическая культура: сущность, структура, формирование. Москва: МОСУ, 1996. 345с.
121. Слободяник В. Вивчення критеріїв і складових здорового способу життя. *Наукові записки ТНПУ ім. В.Гнатюка. Серія Педагогіка*. Тернопіль, 2006. Вип. 9. С.140-143.
122. Соціальна педагогіка, соціальна робота. *Словник–довідник для соціальних педагогів та соціальних працівників* / за заг. ред.: А.Й.Капської, І.М. Пінчук, С.В. Толстоухової. Київ: Наука, 2000. 260с.
123. Соколенко Л.С. Формування культури здорового способу життя студентської молоді як актуальна проблема сьогодення. *Проблеми освіти*, 2006. Вип 48. С.208-213.
124. Соціальна педагогіка: мала енциклопедія / ред. проф. І.Д.Звереві. Київ: Центр учбової літератури, 2008. 336 с.
125. Соціальна педагогіка: Типові програми соціально-педагогічних дисциплін / ред. проф. А.Й.Капської. Київ: НПУ імені М.П.Драгоманова, 2012. 380с.
126. Социальная педагогика: Курс лекций / под общей ред. М.А. Галагузовой. Москва: Гуманит. изд. центр. ВЛАДОС, 2000. 416с.
127. Стратегія формування здорового способу життя. Київ: Міський центр здоров'я, 2000. 240с.
128. Сухомлинський В.О. Батьківська педагогіка. Київ: Рад. школа, 1978. 263с.
129. Татарникова Л.Г. Педагогическая валеология: Генезис. Тенденции развития. 2-е изд., перераб. и доп. Санкт-Петербург: изд-во «Петроградский и К», 1997. 416 с.

130. Технологія соціально-педагогічної роботи / ред. А.Й.Капської. Київ: Либідь, 2000. 225с.
131. Трунов Д.И. Снова о «профессиональной деформации». *Психологическая газета*. № 6. 2004. С. 32-34.
132. Федорова С.Н. Профессиональная культура педагога. *Педагогика*, 2006. №2. С.65-70.
133. Філософія культури здоров'я. *Філософський словник*. Київ: Наука, 1986. 640с.
134. Фирсова М. Теория социальной работы: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. Заведений. Москва: Гуманит. изд. Центр ВЛАДОС, 2001. 432с.
135. Форматюк Т.В. Видюк А.П., Демьяненко Е.А., Белогурова Я.В. Формирование культуры здоровья в образовательных программах. *Здоров'я та освіта: проблеми та перспективи*: матеріали Всеукр. наук.-метод. конф. / гол. ред. А.Г. Рибковський. Донецьк, 2000. С. 18-20.
136. Форманюк Т.В. Синдром «эмоционального сгорания» как показатель профессиональной дезадаптации учителя. *Вопросы психологии*. 1994. № 6. С. 57-64.
137. Франчук В.И. Общая теория социальных организаций. Москва: МГСУ «Союз», 2001. 236с.
138. Харченко С. Я. Дидактические основы подготовки студентов к социально-педагогической деятельности. Луганск: Альма-матер, 1999. 138 с.
139. Харченко С.Я. Соціально-педагогічні технології: навч.-метод. посіб. для студ. вищ. навч. зак. Луганськ: Альма-матер, 2005. 552 с.
140. Царегородцев Г.И. Здоровье общественное богатство. Библиотека «Философские проблемы медицины». Москва: Знание, 1967. 324с.
141. Цехмістрова Г. Основи наукових досліджень: навчальний посібник. Київ: Видавничий Дім «Слово», 2003. 240с.
142. Черепанова В.Н. Формирование индивидуального имиджа педагога как средство реализации гуманистической концепции образования: автореф.

дисс. ...канд. пед. наук: 13.00.01 / Тобольский. гос. пед. ин-т имени Д.И. Менделеева. Тюмень, 1998. 16 с.

143. Шахненко В.І. Наукові основи формування здорового способу життя учнів. *Проблеми освіти*, 2006. Вип.48. С.78-83.

144. Шукатка О.В. Формування здоров'язберігаючої компетентності майбутніх економістів на засадах аксіології: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Львівська держ. фін. акад. Львів, 2013. 255 с.

145. Шульгин Е.А. Валеологические подходы к обеспечению траектории образовательного процесса. *Инновационные процессы валеологической направленности в системе общего образования Волгоградского региона: теория и практика*. Волгоград: Перемена, 1999. С. 6-9.

146. Щербань П. Сутність педагогічної культури. *Вища освіта України*. 2004. №3. С.67-71.

147. Юрків Я.І. Синдром «професійного вигорання» соціальних педагогів при роботі з сім'ями розумово відсталих дітей. *Соціальна педагогіка: теорія і практика*. Луганськ, 2010. №2. С.76-82.

148. Яркіна Т.Ф. Гуманізм як теоретико-методологічна основа соціальної педагогіки. Москва: РАО, 1997. 68 с.

149. Ярская-Смирнова Е. Профессиональная этика социальной работы. Москва: Ключ, 1998. 96 с.

150. Frederikson B.L. The role of positive emotions in positive psychology. The broach-and-build theory of positive emotion. *American psychologist*. 2001. # 56. P. 218-226.

151. Maslach C Leiter M.P. The truth about burnout: How organization cause personal stress and what to do about in. San Francisco, CA: Jossey-Bass, 1997.

152. Pines A.M. Teacher burn out: a psychodynamic existential perspective// *Teachers&Teaching: Theory&Practice*. 2002. Vol. 8. # 2. p. 121-140.

153. Weber A. Jaekel-Reinhard A. Burnout syndrome: a disease of modern societies? *Occupational medicine*. 2000. V 50.# 7. p. 512-517.

РОЗДІЛ 2.

ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНА РОБОТА З ФОРМУВАННЯ КУЛЬТУРИ ПРОФЕСІЙНОГО ЗДОРОВ'Я МАЙБУТНІХ СОЦІАЛЬНИХ ПЕДАГОГІВ У ПРОЦЕСІ ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ

У процесі дослідження теоретичних основ культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів нам вдалося з'ясувати сутність, структуру і функції культури професійного здоров'я соціальних педагогів, рівні її сформованості, а також дослідити сучасний стан підготовки майбутніх соціальних педагогів до здоров'язбережувальної діяльності, сформованості культури їх професійного здоров'я. Другий розділ дослідження присвячено розробленню та експериментальній перевірці моделі системи формування культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів.

2.1. Модель системи формування культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів

З'ясування сутності культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів, дослідження структурно-функціональної моделі цього феномена обумовлює можливість та необхідність створення системи формування культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів у період їх професійної підготовки.

У науковій літературі поняття «система» визначається як спосіб розв'язання певної проблеми, тобто як сукупність усіх необхідних знань, інформації, матеріальних засобів і способів їх використання, організації діяльності людей, що спрямована на розв'язання проблеми [25, с.19].

Згідно позиції Д. Бурчфільда, використання системного підходу дає широкі можливості для одержання різноманітних тверджень та оцінок, які передбачають пошук різних варіантів виконання певної роботи з подальшим вибором оптимального варіанта [46, с.31]. Системний підхід дає змогу розробити алгоритм логічних і послідовних дій та науково обґрунтовані механізми для вирішення освітніх завдань.

Використання системно-цілісного підходу для побудови педагогічного процесу в руслі цілісного підходу розглядається як нелінійний, неоднорідний процес якісних перетворень, що передбачає накопичення нових можливостей, появу різнопорядкових новоутворень, пов'язаних з підвищенням рівня цілісності, зростанням здібностей продуктивно і адекватно реалізовувати себе в складнішій системі відносин і сприймати світ по-новому – більш структурованим, інтегрованим і змістовним (Б. Братусь).

Відповідно до системно-цілісного підходу, освітній процес потрібно розглядати в двох структурних характеристиках – стану і руху. Структура стану – це побудова процесу в розрізі, в кожен момент руху; структура руху – це перетворення стану процесу по ходу його руху [38, с.92-93]. З цього слідує, що педагогічний процес характеризується складністю та динамічністю, оскільки на кожній його стадії відбуваються відповідні структурні перетворення (зміни), що детермінують його дидактичну спрямованість та розвиток. Важливою характеристикою педагогічного процесу є його стадійність. При цьому стадія розуміється як певна ступінь, період, етап розвитку чого-небудь, що має свої якісні особливості» [9, с.899].

Для побудови та організації педагогічного процесу необхідно обов'язково враховувати фізичні, психологічні та світоглядні особливості студентського (юнацького) віку, які в значній мірі впливають на сприйняття, засвоєння студентами знань, визначають їх поведінку, а також ставлення майбутніх фахівців до навчання в період їх особистісного та професійного становлення.

В юнацькому віці остаточно складаються передумови для оволодіння студентами необхідними соціальними та професійними ціннісними орієнтаціями. За змістом ці передумови полягають в усвідомленні людиною особистісного смислу власного життя і формуванні власного світогляду. Поява питань про смисл життя взагалі є характерною рисою цього вікового періоду. У студентському віці інтенсивно розвивається саморегуляція, контроль над своєю поведінкою та емоціями, моральна стійкість особистості. У своїй поведінці юнаки та дівчата орієнтуються на особисті погляди, переконання, які

формується у них на основі набутих знань і життєвого досвіду [86, с.114]. З огляду на це, період навчання у закладах вищої освіти є «сенситивним» для формування у майбутніх фахівців життєвої установки на оволодіння культурою професійного здоров'я.

Структура культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів характеризується складністю та багатогранністю, адже зміст і сутність цього явища визначаються поєднанням і внутрішньою взаємодією таких складних філософських категорій, як «культура», «здоров'я», «здоровий спосіб життя», результат і якість сформованості яких в значній мірі залежить від злагодженої взаємодії студентів і педагогів, правильної побудови і організації педагогічного процесу, який би рівноцінно відображав і поєднував в собі всі необхідні компоненти процесу формування культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів, характеризувався цілісністю та системністю.

Педагогічний процес формування культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів повинен відзначатись гармонійністю взаємин об'єктів і суб'єктів освітнього процесу, динамічністю, логічним та послідовним переходом стадій прогресивного розвитку на якісно новий рівень.

Кожна стадія або стан процесу – це його якісна визначеність на певному етапі розвитку, цілісність. Поява кожної наступної цілісності не може відбуватися інакше, як через «вибух» старої цілісності, через кризу [15, с.102]. Поняття «криза» (від грец. *krisis* - рішення, поворотний пункт, результат) - «різкий, крутий перелом у чомусь, важкий перехідний стан. Криза є формою переходу від одного цілісного стану до іншого. Категорія «криза» близька до поняття «стрибок», який розуміється як «докорінна, якісна зміна предмета чи явища, перетворення старої якості в нову в результаті кількісних змін». Категорія стрибка розкриває механізм руху процесу як перехід кількісних змін у якісні, як зміну періодів відносної стабільності (функціонування, накопичення кількісних змін) кризами (переходами з однієї якості в іншу). У порівнянні з попередньою еволюційною стадією розвитку,

стрибок являє собою більш-менш відкриті, відносно швидкі зміни. [81, с.429-430].

Ще однією характерною особливістю педагогічного процесу є наявність чіткої структури взаємопов'язаних і впорядкованих компонентів. Як правило, у ньому виокремлюються мета, зміст, методи, засоби, організаційні форми. Отже, для побудови моделі процесу необхідно: визначити стадії (етапи) процесу; внутрішні і зовнішні сили (суперечності), що забезпечують динаміку і незворотність процесу; описати кількісні зміни, що відбуваються на кожній стадії (етапі) процесу; описати стан процесу в «кризових точках», перехід з одного якісного стану в інший, виявивши ті кількісні зміни, які призвели систему в кризовий стан, що руйнує її цілісну структуру; визначити цілі, зміст, засоби кожного етапу (стадії) [10, с.77]

Для побудови та реалізації моделі системи формування культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів ми використовували такі методологічні підходи: *системний, культурологічний, аксіологічний, технологічний і міждисциплінарний.*

Системний підхід становить концептуальну основу системи формування культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів. Він передбачає інтеграцію філософських, загальнодидактичних принципів побудови педагогічного процесу з формування культури професійного здоров'я. Системний підхід дає змогу розв'язати проблему побудови моделі з врахуванням усіх чинників. Він дає можливість при моделюванні процесу формування культури професійного здоров'я виявити його структуру, організацію, принципи управління для цілеспрямованого керування підготовкою студентів у досліджуваному напрямі, реалізувати поставлені цілі.

Культурологічний підхід передбачає використання культури особистості студента як інструмента, засобу та необхідного ресурсу для формування у майбутніх соціальних педагогів культури їх професійного здоров'я. Культурологічний підхід забезпечує можливість студентам відчувати себе компонентом і водночас суб'єктом соціокультурного середовища своєї

держави, рівень культури поведінки та діяльність якого обумовлюють не тільки власне здоров'я та благополуччя соціального педагога, але і здоров'я та добробут всієї нації. Використання цього підходу дає змогу підготувати фахівця, професійний портрет та майбутня професійна діяльність якого відповідає б усім культурним, духовним та соціальним потребам суспільства.

Аксіологічний підхід забезпечує можливість та необхідність розглядати об'єкти освітнього впливу та суб'єкти майбутньої професійної діяльності як основну педагогічну та соціальну цінність. Аксіологічний підхід дає змогу на основі сформованості комплексу необхідних особистісних та професійних цінностей студента виробити особистісну та професійну модель поведінки та життя майбутніх соціальних педагогів, яка б забезпечила їм особистісну та професійну самореалізацію, належний стан професійного здоров'я.

Технологічний підхід дає змогу за допомогою аналізу та синтезу теоретичних, методологічних знань, правильного підбору інструментарію та ефективних технологій виробити та успішно реалізувати модель системи формування культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів, сформувавши алгоритм логічних, послідовних дій, які б забезпечили позитивний результат у досягненні мети.

Міждисциплінарний підхід обумовлює інтеграцію у навчальний план підготовки майбутніх соціальних педагогів розробленого курсу (змістового модуля) «Професійне здоров'я соціального педагога», змістове наповнення якого охоплює необхідний обсяг валеологічних, психолого-педагогічних знань. Курс інтегрує знання з педагогіки здоров'я, психології здоров'я, валеології, ортобіотики, психології праці.

Ґрунтуючись на означених методологічних підходах до побудови освітнього процесу, визначенні сутності та структури культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів, з врахуванням характерних особливостей студентського віку та специфіки соціально-педагогічної діяльності, нами розроблена модель системи формування культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів (рис 2.1).

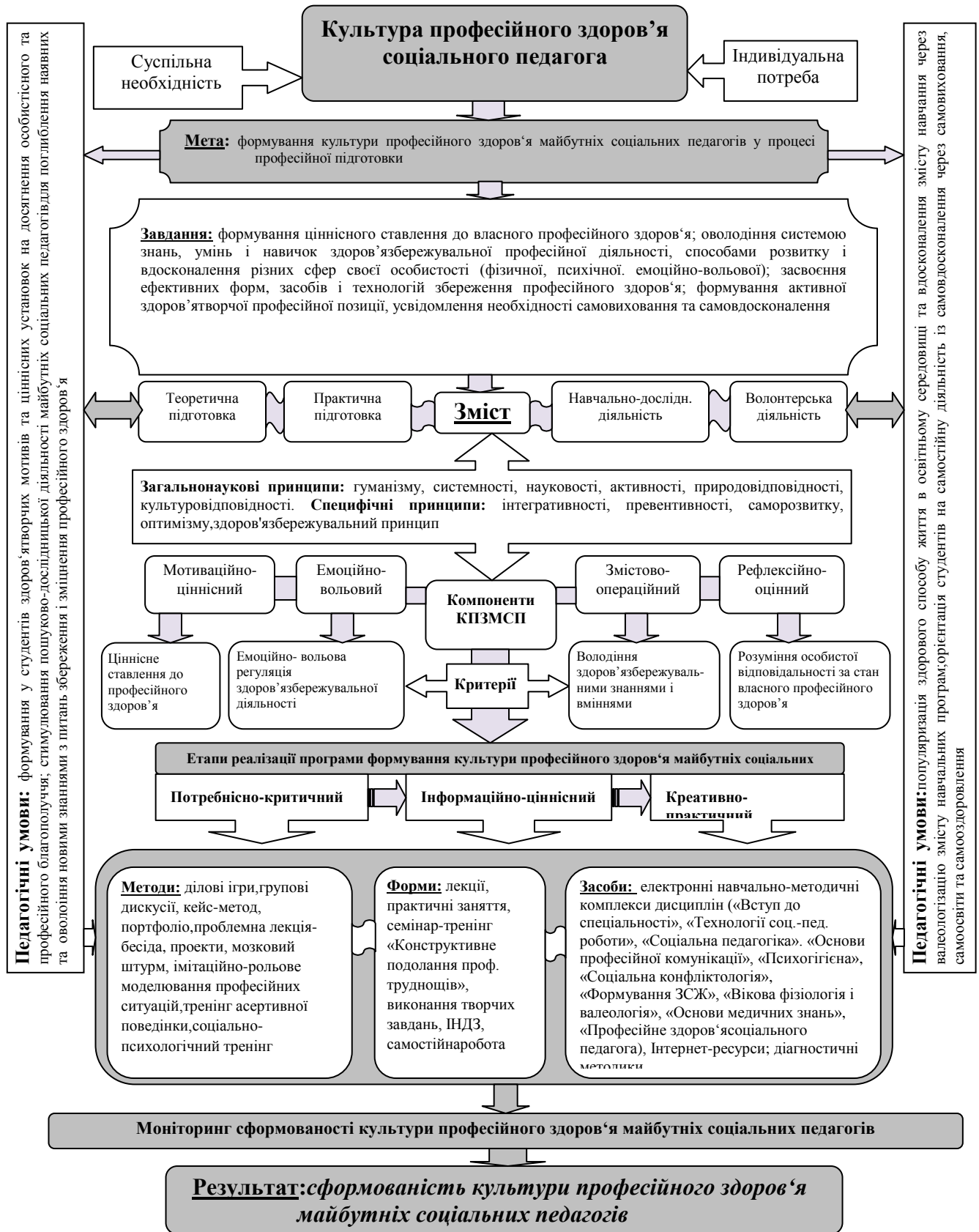


Рис. 2.1. Модель формування культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів.

Вважаємо, що формування культури професійного здоров'я є індивідуальною потребою соціального педагога та суспільною необхідністю, оскільки від стану особистісного, професійного благополуччя соціального педагога значно залежить результат та якість виконання ним своїх професійних обов'язків. Нами визначено *мету* підготовки майбутніх соціальних педагогів до здоров'язбережувальної професійної діяльності, яка полягає у формуванні культури професійного здоров'я.

Окреслено основні *завдання* досліджуваного процесу, а саме: формування у майбутніх соціальних педагогів ціннісного ставлення до власного професійного здоров'я; опанування студентами питань, що стосуються сутності, структури і функцій професійного здоров'я; оволодіння майбутніми фахівцями системою знань, умінь і навичок здоров'язбережувальної професійної діяльності, розвитку і вдосконалення сфер своєї особистості (фізичної, психологічної, емоційно-вольової); засвоєння студентами ефективних форм, засобів і технологій збереження професійного здоров'я; формування у майбутніх фахівців активної професійної позиції, усвідомлення необхідності самовиховання та самовдосконалення.

Основними вихідними науковими положеннями при конструюванні процесу формування культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів є *загальнонаукові* принципи: системності, науковості, природовідповідності, культуровідповідності, активності, гуманізму та *спеціальні*: превентивності, інтегративності, саморозвитку, педагогічного оптимізму, здоров'язбережувальний принцип.

Принцип системності передбачає самоідентифікацію студентом себе як елемента цілісної системи педагогічного процесу, завдання якого полягає у налагодженні зворотного зв'язку між об'єктом і суб'єктом педагогічного впливу; взаємообумовленими компонентами єдиного, монолітного, цілісного механізму, спрямованого на досягнення поставленої мети. Принцип системності дає можливість краще зрозуміти складні об'єкти пізнання за

допомогою деталізації, розподілу їх на окремі частини (структурні елементи), які утворюють єдине ціле.

Принцип науковості полягає в орієнтації студентів на застосування здобутих валеологічних та психолого-педагогічних знань у навчально-дослідницькій діяльності, розвитку пізнавальної мотивації до наукового пошуку ефективних шляхів і засобів розв'язання складних завдань та створення власної концепції збереження професійного здоров'я.

Принцип культуровідповідності передбачає побудову освітнього процесу з врахуванням культури середовища, регіону чи держави загалом, виховання у студентів ціннісного ставлення до історичної та культурної спадщини українського народу.

Принцип природовідповідності передбачає навчання та виховання майбутніх соціальних педагогів відповідно до природних законів, встановлення гармонійних взаємовідносин з природним середовищем; переконання майбутніх фахівців у необхідності збереження середовища свого існування у його первозданному вигляді для комфортного та благополучного проживання в ньому.

Принцип активності полягає у спрямованості студентів на здоровий спосіб життя; формуванні у майбутніх фахівців активної життєвої позиції, що створить умови для їх успішної адаптації в соціальному середовищі та самореалізації в майбутній професійній діяльності.

Принцип гуманізму полягає в усвідомленні студентами необхідності оволодіння спеціальними психолого-педагогічними та валеологічними знаннями як основного інструмента для їх морального розвитку та соціального виховання. Гуманізація освітнього середовища передбачає створення здоров'язбережувальної атмосфери у закладі вищої освіти та встановлення толерантних, доброзичливих взаємин між усіма суб'єктами навчально-професійної діяльності.

Принцип превентивності забезпечує вироблення у майбутніх фахівців захисних, регуляторних механізмів власного організму, здатність протидіяти

впливу негативним стрес-чинникам у процесі навчально-професійної діяльності, вміння студентів зберігати високу продуктивність та результативність праці під час виконання складних навчально-професійних завдань.

Принцип саморозвитку реалізується у систематичній роботі з удосконаленні всіх аспектів своєї особистості. Цей принцип передбачає досягнення студентами найвищого рівня благополуччя в особистому та професійному житті через самовиховання, самоосвіту, самооздоровлення та активну участь у суспільно-корисній діяльності.

Принцип інтегративності полягає у доцільності та ефективності використання для формування культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів наукових напрацювань у різних галузях знань, зокрема у психолого-педагогічній та медико-біологічній. Цей принцип полягає у забезпеченні гармонійного та всебічного розвитку студентів, формуванні цілісної структури їх особистості та культурного розвитку майбутніх фахівців.

Здоров'язбережувальний принцип спрямований на створення здоров'язбережувального освітнього середовища для якісної професійної підготовки майбутніх фахівців. Реалізація цього принципу сприяє виробленню у студентів стратегії збереження власного здоров'я як в умовах навчально-професійної діяльності, так і в умовах праці чи відпочинку. Здоров'язбережувальний принцип визначає рівень особистої та професійної самореалізації майбутніх фахівців.

Принцип педагогічного оптимізму полягає в оволодінні студентами стійкими переконаннями у досягненні успіху в опануванні культурою професійного здоров'я, розвиває морально-вольові якості майбутніх фахівців. Реалізація принципу педагогічного оптимізму забезпечує впевненість майбутніх соціальних педагогів у власних силах та можливостях, сприяє формуванню їх адекватної самооцінки.

Зміст процесу формування культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів передбачає теоретичну підготовку, практичну підготовку,

навчально-дослідницьку діяльність і волонтерську діяльність. У процесі теоретичної підготовки студенти ознайомлюються з особливостями обраної професії, засвоюють необхідні для майбутньої професійної діяльності соціально-педагогічні та валеологічні знання, вивчають способи протидії негативним стрес-чинникам, з якими пов'язана соціально-педагогічна діяльність, а також шляхи збереження професійного здоров'я. У процесі теоретичної підготовки у студентів закладаються основи культури професійного здоров'я.

Практична підготовка спрямована на застосування майбутніми фахівцями теоретичних знань під час виконання практичних занять та під час проходження соціально-педагогічної практики. Практична підготовка забезпечує можливість студентам вдосконалити здобуті та опанувати нові вміння і навички здоров'язбережувальної навчально-професійної діяльності.

У процесі науково-пошукової, дослідницької діяльності студенти реалізують здобуті здоров'язбережувальні теоретичні знання, практичні вміння і навички, розвивають та вдосконалюють свій творчий та інтелектуальний потенціал. Навчально-дослідницька робота сприяє усвідомленню майбутніми соціальними педагогами необхідності самоосвіти, самовиховання, самооздоровлення для підвищення свого культурного, особистісного та професійного рівня розвитку.

Волонтерська діяльність (школи-інтернати, благодійні фонди, реабілітаційні заклади, психоневрологічні диспансери, відділ соціального захисту населення та ін.) формує у майбутніх фахівців гуманне, толерантне ставлення до об'єктів їх професійної діяльності та оточуючих. Заняття суспільно-корисною роботою сприяє усвідомленню студентами значущості, складності соціально-педагогічної діяльності та необхідності оволодіння культурою професійного здоров'я для успішної особистісної та професійної адаптації у соціумі. Волонтерська діяльність спонукає майбутніх фахівців до рефлексії взаємозалежності індивідуального та суспільного здоров'я, закладає у студентів основи активної, здоров'ятворчої соціальної та професійної позиції.

Упровадженню програми формування культури професійного здоров'я сприяє вивчення психологічних і педагогічних («Вступ до спеціальності», «Соціальна педагогіка», «Технології соціально-педагогічної роботи», «Соціальна конфліктологія», «Основи професійної комунікації», «Основи психогігієни та ін.) та медико-біологічних («Вікова фізіологія і валеологія», «Основи медичних знань», «Формування здорового способу життя» та ін.) дисциплін, а також спеціально розроблений нами курс (змістовий модуль) «Професійне здоров'я соціального педагога» та семінар-тренінг «Конструктивне подолання професійних труднощів соціально-педагогічної діяльності».

Задля вирішення окреслених завдань нами розроблено спецкурс (змістовий модуль) «Професійне здоров'я соціального педагога», програма якого містить теми, під час вивчення яких студенти мали змогу більш ґрунтовно ознайомитися з сутнісними аспектами професійного здоров'я, його критеріями, детермінантами, впливом соціально-педагогічної діяльності на стан здоров'я фахівця (професійні деформації, професійні деструкції, емоційне вигорання, особистісні дисгармонії), способами збереження і зміцнення професійного здоров'я. Для підвищення рівня сформованості культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів розроблений семінар-тренінг *«Конструктивне подолання професійних труднощів соціально-педагогічної діяльності»*, змістове наповнення якого спрямовувалось на засвоєння студентами особливостей і труднощів роботи з різними проблемними категоріями населення, людьми з особливими потребами; вивчення шляхів подолання асоціальних проявів у суспільстві без нанесення шкоди власному професійному здоров'ю. Семінар-тренінг передбачав використання елементів, методик тренінгу асертивної поведінки.

У процесі теоретичної і практичної підготовки майбутніх соціальних педагогів, а також під час навчально-дослідницької та волонтерської діяльності студенти опановують наукові основи оволодіння культурою професійного здоров'я, структура якої передбачає наявність: мотиваційно-ціннісного,

змістово-операційного, емоційно-вольового та рефлексійно-оцінного компонентів, які в свою чергу, виступають компонентами моделі педагогічної системи формування культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів.

Зміст, критерії оцінки, показники та рівні сформованості вище зазначених компонентів культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів детально описані нами у підрозділі 1.2. нашого дослідження.

Ґрунтуючись на теоріях М. Боритко про те, що педагогічний процес характеризується наявністю чіткої структури взаємопов'язаних і впорядкованих компонентів, та В. Зайцев [31, с.208], що модель педагогічного процесу являє собою чітко задану послідовність етапів, нами виокремлено такі етапи реалізації програми формування культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів: *потребнісно-критичний* (усвідомлення студентами необхідності оволодіння культурою професійного здоров'я для особистісного та професійного розвитку за допомогою розробленого діагностичного інструментарію моніторинг сформованості культури професійного здоров'я за визначеними критеріями, показниками та рівнями); *інформаційно-ціннісний* (прийняття студентами культури професійного здоров'я як індивідуальної потреби та суспільної необхідності, засвоєння майбутніми фахівцями основних принципів здоров'язбережувальної діяльності, системи психолого-педагогічних та валеологічних знань, умінь та навичок, необхідних для оволодіння культурою професійного здоров'я, спрямованість студентів на здоров'язбережувальну навчально-професійну діяльність), *креативно-практичний* (застосування студентами здобутого досвіду здоров'язбережувальної діяльності на практиці, активна участь майбутніх соціальних педагогів у науково-дослідницькій та волонтерській діяльності, усвідомлення студентами необхідності здоров'ятворчої діяльності для досягнення особистого та професійного благополуччя).

Виявлення сутнісних ознак, які характеризують зміст поняття культура професійного здоров'я соціального педагога, його компонентів, критеріїв,

показників та рівнів її сформованості, з'ясування особливостей студентського віку та аналіз основних чинників, від яких залежить здоров'я майбутніх фахівців, слугувало основою для визначення *педагогічних умов формування культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів у процесі їх професійної підготовки, а саме:*

- формування у студентів здоров'ятворчих мотивів та ціннісних установок на досягнення особистісного та професійного благополуччя;
- стимулювання пошуково-дослідної діяльності майбутніх соціальних педагогів для поглиблення наявних та оволодіння новими знаннями з питань збереження і зміцнення професійного здоров'я;
- популяризація здорового способу життя в освітньому середовищі та вдосконалення змісту навчання через валеологізації змісту навчальних програм;
- орієнтація студентів на самостійну здоров'язбережувальну діяльність із самовдосконалення через самовиховання, самоосвіти та самооздоровлення.

Перейдемо до обґрунтування їх сутності та шляхів упровадження у освітній процес закладів вищої освіти.

Для формування культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів, насамперед, необхідно сформувати у майбутніх фахівців систему правильних, стійких мотивів збереження професійного здоров'я. У психології мотиви визначаються як спонукальні причини вчинків, дій або конкретної діяльності людини. Мотиви зазвичай поділяють на: соціально значущі, особистісно значущі, професійно значущі. У мотивах відображається ставлення особистості до певного виду діяльності, явища чи процесу. В основі навчального мотиву лежить усвідомлення особистістю значення матеріалу, що вивчається для власного фізичного здоров'я і розвитку, для життя, праці, а це відбувається на підставі мотивування та стимулів. Мотивування являє собою сукупність фактів, аргументів і доказів, що переконують у значущості здоров'язбереження, а сформовані мотиви особистості є основою її мотивації [41, с.129].

Аналіз наукових праць, присвячених питанням мотивації, та результати власних досліджень у цьому напрямі дали можливість І. Зайцевій уточнити сутність та поглибити зміст поняття «мотивація учіння»: це – «система пізнавальних потреб, мотивів і цілей, яка спонукає студента до учіння та стимулює і підтримує його активність на певному рівні», тобто в цьому визначенні поєднано системний та діяльнісний підхід у дослідженні мотивації як педагогічного явища, а потреби, мотиви і цілі розглядаються у вигляді структури, яка відображає діяльність студента в навчальній ситуації: зосередження уваги на навчальному об'єкті – одержання інформації про предмет потреби (актуалізація потреби бути здоровим) – усвідомлення потреби (вибір мотиву) – постановка, усвідомлення мети (вибір рішення) – виконання навчальних дій – отримання інформації для коригування навчальних дій – одержання результату, його оцінка та емоційне ставлення [32, с.11].

Учені зазначають, що формування мотивації є складним процесом, що зумовлено психологічною структурою мотиву, яка охоплює потреби, інтереси, переконання, ідеали та емоції. Спрямованість, активність майбутніх фахівців у напрямі формування, збереження свого здоров'я та прояв інтересу до поглиблення валеологічних знань є результатом сформованості мотивації до оволодіння культурою професійного здоров'я. Формування стійких мотивів до ведення здорового способу життя здійснюється на основі переконання студентів у пріоритетності, потребі здоров'я в особистому житті та професійній діяльності; розуміння залежності досягнення високих результатів у навчальній та майбутній професійній діяльності від рівня їх валеологічної компетентності. Усвідомлення значущості здоров'я передбачає бережливе ставлення до нього як до основної життєвої та професійної цінності.

У сучасному суспільстві здоров'я особистості не є основною і найважливішою цінністю. З огляду на це, вчені обґрунтовують необхідність розроблення інтегративної, соціально орієнтованої теорії здоров'я людини, зміни ціннісних орієнтацій населення у напрямі мобілізації її внутрішніх ресурсів, підвищення адаптивності до мінливих обставин, формування здоров'я

і відповідної здоров'язбережувальної поведінки [7, с.21].

Стійка мотивація, ціннісне ставлення до здоров'я формують у студентів особистісну «установку» – готовність, налаштованість суб'єкта на певні дії, вчинки чи ставлення, що з'являється при налаштуванні людини на певний об'єкт або ситуацію та забезпечує усталений, цілеспрямований характер, протікання тих чи інших дій по відношенню до цього об'єкта (А. Капська, І. Пінчук, С. Толстоухова).

Ціннісна установка майбутніх соціальних педагогів на оволодіння культурою професійного здоров'я передбачає реалізацію комплексу системних, цілеспрямованих здоров'ятворчих заходів, які обов'язково повинні здійснюватись на рефлексивній основі.

Отже, вплив на мотиваційну сферу студентів та формування у них здоров'ятворчих ціннісних установок, спрямований на досягнення особистісного та професійного благополуччя, визначається нами як педагогічна умова, від якої залежить позитивний результат формування культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів.

Реалізація другої педагогічної умови сприяє опануванню студентами нових та осучаснення збагачення старих способів оздоровлення, ґрунтуючись на здобутих валеологічних знаннях та власному досвіді ведення здорового способу життя. У процесі пошуково-дослідної діяльності студенти отримують можливість вивчення та перейняття європейського, світового досвіду щодо формування і збереження здоров'я, зокрема працівників соціальної сфери, а також практичної перевірки засвоєних валеологічних знань, умінь і навичок. Дослідницька діяльність спонукає, посилює розумову та фізичну активність майбутніх соціальних педагогів.

У процесі пошуково-дослідної роботи студенти отримують можливість нестандартного, індивідуального підходу до вирішення здоров'ятворчих завдань. Пошуково-дослідницька діяльність студентів передбачає аналіз та узагальнення значної кількості наукових знань, засвоєння яких сприяє формуванню у майбутніх соціальних педагогів особистого погляду на

проблеми здоров'язбереження, здоров'ятворення, що є основою для створення ними індивідуальної концепції оздоровлення.

Реалізація цієї умови сприяє розвитку у студентів проєктивних, організаційних, аналітичних здібностей та підвищує інтерес майбутніх соціальних педагогів до проблеми формування культури професійного здоров'я.

Реалізація наступної виокремленої нами педагогічної умови «популяризація здорового способу життя в освітньому середовищі закладу вищої освіти та вдосконалення змісту навчання через валеологізацію змісту навчальних програм сприяє усвідомленню студентами необхідності ведення здорового способу життя та створює здоров'ятворчу атмосферу в закладі освіти. Цілеспрямована та послідовна політика закладу вищої освіти, що передбачає пропагування здорового способу життя, закладає основу здоров'ятворчої поведінки всіх учасників освітнього процесу, а також консолідує та мобілізує всі ланки освітнього закладу на реалізацію культурно-оздоровчих програм. Популяризація здорового способу життя серед студентської молоді передбачає поширення в різних формах інформації про згубну дію шкідливих звичок на організм людини та необхідність ведення здорового способу життя для збереження фізичного, духовного, психічного, соціального та професійного здоров'я.

Науковець В. Бобрицька [47, с.12] зазначає, що для здійснення валеологічної підготовки студентів важливе значення має органічне поєднання дисциплін психолого-педагогічного та медико-біологічного циклів. Таке поєднання не тільки збільшує обсяг і глибину засвоєння студентами професійних та валеологічних знань, але і спонукає їх на вироблення власної стратегії здоров'язбереження у навчальній та майбутній професійній діяльності.

Реалізація четвертої педагогічної умови, що передбачає орієнтацію студентів на самостійну здоров'язберезувальну діяльність через самовиховання, самоосвіту та самооздоровлення, дає змогу майбутнім соціальним педагогам відчувати себе в ролі: 1) автора власної програми з

формування та збереженню власного здоров'я; 2) організатора процесу реалізації цієї програми; 3) її виконавця та керівника. Роль педагога в цьому процесі полягає тільки в наданні консультативної допомоги та здійсненні періодичного контролю за діяльністю студентів.

Самостійна діяльність студентів із формування та збереження свого здоров'я потребує значної затрати вольових зусиль, адекватної самооцінки, самоорганізації, саморефлексії, самоідентифікації, а також вона неможлива без глибокого переконання в необхідності самовдосконалення для особистісної та професійної самореалізації. Важливим стимулом для здоров'язбережувальної, здоров'ятворчої самостійної роботи є відчуття майбутніми соціальними педагогами внутрішньої потреби бути здоровими. Самостійна діяльність акумулює пізнавальну активність студентів, розвиває професійно важливі якості та сприяє формуванню у майбутніх соціальних педагогів здоров'ятворчої світоглядної установки.

Учена Є. Жаркова зазначає, що серед проблем психологічної готовності соціальних педагогів до ефективної роботи в сучасних умовах важливе місце займає проблема їх внутрішньої особистісної готовності до саморозвитку. Успіх реалізації ідей соціально-педагогічної підтримки дітей та молоді багато в чому залежить від особистості самого соціального педагога – рівня його культури, гнучкості, мобільності, динамічності, стійкої спрямованості до самоосвіти [26, с.85].

Враховуючи складність структури культури професійного здоров'я соціального педагога, інтегрованість в її структурі знань широкого спектру, зокрема предметів психолого-педагогічного та медико-біологічного циклів, що визначають понятійно-категоріальну основу поняття «культура професійного здоров'я соціального педагога», ми вважаємо, що процес формування культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів доцільно здійснювати через поєднання педагогічних та здоров'язбережувальних технологій.

Наше припущення знаходить підтвердження в наукових працях Т. Алексеєнко [1], Л. Загрекова [29], М. Лукашевича [52], І. Липського [50] та

ін., які також зазначають, що формування будь-якої якості чи властивості особистості в процесі навчання та виховання доцільно здійснювати з використанням педагогічних та здоров'язбережувальних технологій. Перейдемо до їх предметного аналізу.

Педагогічна технологія – це система, в якій цілеспрямоване використання комплексно чи окремо способів навчання підвищує ефективність освітнього процесу. У ній здійснюється навчальний процес, що конструюється від заданих початкових установок (цілі та зміст навчання) і гарантує досягнення поставленої мети (Л. Константинова). Подібним є підхід до інтерпретації педагогічних технологій М. Галагузової. Вона визначає педагогічні технології як системний аналіз, відбір, конструювання і контроль всіх компонентів педагогічного процесу для досягнення кінцевого результату [76, с.25].

Так, зокрема вчена Л. Міщик [57, с.405] доводить ефективність застосування в процесі підготовки соціальних педагогів педагогічних технологій серед яких важливе місце посідають наступні методи: проекту, «портфоліо» та методу інформаційно-комунікативних технологій.

Метод проекту передбачає обґрунтування цільової ідеї формування культури професійного здоров'я, розробку науково обґрунтованої моделі культури професійного здоров'я соціального педагога та плану її реалізації в навчально-виховному процесі. Доцільність застосування проектної діяльності у процесі формування культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів полягає у тому, що вона сприяє творчому розвитку студента, систематизує та інтегрує в собі науковий матеріал дисциплін з різних галузей знань необхідних для оволодіння студентами культурою професійного здоров'я. *Метод «портфоліо»* дає змогу студентам побачити об'єктивну картину власного фізичного, духовного, психологічного стану здоров'я. Використання цього методу дає можливість студентам систематизувати здобутий досвід здоров'язбережувальної діяльності в освітньому процесі, оцінити результати та досягнення здоров'ятворчої навчально-професійної діяльності. *Метод інформаційно-комунікативних технологій (ІКТ)* забезпечує

можливість майбутнім соціальним педагогам використовувати новітні комп'ютерні та інформаційні технології для засвоєння навчального матеріалу, зокрема психолого-педагогічних та валеологічних знань, що створюють понятійно-категоріальну основу культури професійного здоров'я та забезпечують її формування. Використання ІКТ сприяє оперативності отримання майбутніми фахівцями необхідної інформації та її якісного опрацювання.

Ученими Н. Дементієвською, Н. Морзе доведено, що застосування інформаційно-комунікативних технологій під час підготовки майбутніх фахівців має позитивний вплив на формування професійної компетентності, забезпечує підвищення рівня навчально-пізнавальної активності [20, с.15].

У процесі формування культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів особливе значення мотиваційно-ціннісному компоненту культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів, який, на наш погляд, визначає хід та динаміку розвитку культури професійного здоров'я в цілому. Адже професійні цінності детермінують ставлення майбутніх соціальних педагогів до себе, до навчання, до своєї майбутньої професії, оточуючого світу.

На думку Н. Шмельової, професійні цінності відображають альтруїстичний характер діяльності фахівця соціальної сфери, його моральну відповідальність перед професією та потребу в самореалізації, самоствердженні і самовдосконаленні особистості, досягнення високого рівня професіоналізму [84, с.115–116]. Проблема формування професійних цінностей майбутніх працівників соціальної сфери є однією з найбільш складних і актуальних. Це пов'язано з тим, що традиційні форми та методи навчання, які використовуються в процесі професійної підготовки, спрямовані переважно на формування знань, умінь та навичок студентів і недостатньо впливають на ціннісну сферу особистості майбутнього фахівця. Набагато більші можливості у формуванні професійних цінностей та ціннісних орієнтацій студентів мають інноваційні технології навчання, що ґрунтуються на нових методологічних

засадах, сучасних дидактичних принципах та психолого-педагогічних теоріях. Вони сприяють активізації навчально-пізнавальної діяльності, створюють сприятливі умови для творчості, самостійного прийняття рішень відповідно до засвоєних професійних цінностей [18, с.158].

Під інноваційними педагогічними технологіями розуміють цілеспрямоване, систематичне й послідовне впровадження в практику оригінальних, новаторських способів, прийомів педагогічних дій і засобів, що охоплюють цілісний навчальний процес від визначення його мети до очікуваних результатів [22, с. 93].

У результаті аналізу наукової літератури ми дійшли висновку, що для ефективності та результативності процесу формування культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів також доцільно використовувати інтерактивні технології. Застосування інтерактивних технологій у процесі професійної підготовки соціальних педагогів сприяє опануванню студентами способами нестандартного мислення.

Використання інтерактивного навчання сприяє творчому розвитку особистості. Засвоєння нової інформації, опанування нових знань, формування відповідних умінь і навичок, професійно важливих якостей особистості у закладах вищої освіти здійснюють за допомогою організації навчальної роботи зі студентами. При інтерактивному навчанні студенти засвоюють від 70% до 90% інформації, у них формується досвід творчої діяльності, уміння самостійно здобувати знання [51, с.47]. Інтерактивні технології є важливою умовою творчої та професійної самореалізації майбутніх соціальних педагогів та забезпечують культурний, професійний розвиток студентів.

Під час організації інтерактивного навчання зменшується роль викладача. На занятті він одночасно є і носієм знань, і консультантом, і організатором, і спостерігачем, забезпечуючи при цьому повну самостійність у роботі груп чи окремих її учасників. Методи інтерактивного навчання, якщо вони максимально спрямовані на опанування студентом майбутньою професією,

значно підвищують рівень практичної підготовленості соціальних педагогів [43, с.82-83].

Для формування культури професійного здоров'я доцільно використовувати такі інтерактивні методи навчання, як *метод проблемної лекції-бесіди*, який полягає у тому, що викладач під час лекції не подає суб'єктам навчальної діяльності готові знання, а ставить перед ними проблеми, спонукаючи шукати шляхи їх розв'язання. Тут діє стратегія «від проблеми до знань» [67, с.160]. Використання цього методу сприяє формуванню у майбутніх соціальних педагогів здоров'язберезувальних мотивів поведінки та діяльності, самостійності прийняття рішень в складних навчально-професійних ситуаціях, спонукає їх до ведення здорового способу життя.

Метод *семінару-дискусії* спрямований на обговорення та розв'язання студентами теоретичних і практичних проблем здоров'язберезувальної навчально-професійної та майбутньої соціально-педагогічної діяльності. Цей метод розвиває у майбутніх соціальних педагогів креативне мислення, сприяє виробленню індивідуальної стратегії збереження професійного здоров'я, формує стійку здоров'ятворчу позицію студентів; метод *групової дискусії* використовується для обговорення теоретичних питань. У процесі групової дискусії майбутні соціальні педагоги мають можливість проаналізувати різні підходи до вирішення проблеми формування та збереження професійно здоров'я, вдосконалити навички культури спілкування. Групова дискусія формує у майбутніх фахівців навички командної взаємодії, розвиває здатність до самоконтролю та саморегуляції. Метод *мозкового штурму* сприяє активізації творчої та інтелектуальної діяльності студентів шляхом висунення ними в максимально короткий проміжок часу різних гіпотез для вирішення проблеми збереження, зміцнення професійного здоров'я. Цей метод спонукає майбутніх соціальних педагогів до генерування нових ідей та способів збереження професійного здоров'я.

Кейс-метод використовують для формування в студентів реалістичних уявлень про майбутню галузь професійної діяльності, відпрацювання варіантів

розв'язання проблемних, конфліктних ситуацій. Кейс – детальний опис правдивого життєвого випадку, який, наприклад, трапився під час педагогічної практики студента [37, с.210-216]. Кейс-метод сприяє кращому засвоєнню валеологічних та психолого-педагогічних знань майбутніми соціальними педагогами, допомагає знаходити правильні шляхи розв'язання складних життєвих та професійних завдань, акумулює морально-вольові зусилля студентів, необхідні для досягнення ними фізичного, духовного, соціального та професійного благополуччя. Цей метод дає можливість студенту через «перенесення» себе в майбутню професійну діяльність краще зрозуміти особливості професії, спонукає майбутніх фахівців до рефлексії здоров'язбережувальної діяльності. Метод *технологічного практикуму* спрямований на практичну підготовку майбутніх соціальних педагогів. Забезпечує можливість студентам перевірити здобуті психолого-педагогічні та валеологічні знання на практиці, вдосконалити здобуті уміння і навички збереження професійного здоров'я та опанувати нові.

Доцільність застосування методу *імітаційно-рольового моделювання професійних ситуацій* у формування культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів полягає у тому, що навчальний процес максимально адаптовується до реалій майбутньої соціально-педагогічної діяльності студентів. Конструювання моделей соціально-педагогічних ситуацій сприяє прийнятті та усвідомленні майбутніми фахівцями тих ризиків для здоров'я соціального педагога, які містить в собі його професія, допомагає зрозуміти студентам вплив професійного здоров'я на якість соціально-педагогічної роботи, усвідомити взаємозалежність професійного здоров'я та професійного успіху.

Застосування методу інтерактивного навчання *ділової гри* сприяє формуванню творчого теоретичного та практичного мислення студентів. Ділова гра допомагає майбутнім соціальним педагогам обрати правильну модель поведінки в навчальній та майбутній професійній діяльності. Під час ділової гри студенти мають можливість перебувати в різних ролях, відчути себе як

об'єктами впливу, так і суб'єктом, що здійснює вплив на інших (в ролі клієнта та в ролі соціального педагога). Ділова гра дає змогу студентам побачити професію з різних ракурсів, усвідомити професійні труднощі, шукати конструктивні шляхи їх подолання.

У процесі підготовки майбутніх соціальних педагогів учені (Г. Бевз, О. Главник, С. Максименко, П. Фенриха, П. Шевчук та ін.) важливого значення надають використанню соціально-психологічного тренінгу.

Метод *соціально-психологічного тренінгу* полягає у формуванні та закріпленні практичних навичок управління стилем своєї поведінки через усвідомлення сприйняття оточенням (наприклад, формування мотивації студентів до здорового способу життя як основи саморозвитку, самоактуалізації, самореалізації або формування мотивації до зміни шкідливої для здоров'я поведінки на здоров'язбережувальну). Завдяки цьому студенти можуть сформувати і закріпити навички й уміння ведення спостереження, визначення реального стану інших людей, коригування власної поведінки в суспільстві, тренування і вироблення навичок емпатії [37, с.20].

Складність системи взаємовідносин у професійній діяльності соціального педагога, специфічність об'єкта його впливу, робота в стані підвищеної психологічного та емоційного напруження дуже часто стають причиною зниження рівня професійного здоров'я соціальних педагогів, зміни їх ціннісних орієнтацій, зокрема тих, які обумовлюють результативність та ефективність соціально-педагогічної роботи (альтруїзм, гуманізм, здоров'я та ін.). Аналіз та характеристика особливостей соціально-педагогічної діяльності, виявлення наявних ризиків для здоров'я соціального педагога з якими пов'язана його робота, на наш погляд, обґрунтовують логічність та раціональність використання здоров'язбережувальних технологій для формування культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів у період їх професійної підготовки.

Необхідність вирішення питань щодо розробки та вироблення механізмів застосування здоров'язбережувальних технологій в освітньому процесі є

предметом наукових досліджень Т. Бойченко [8], Н. Денисенко [21], І. Семенової [75], М. Смірнова [74], М. Степанової [77], Л. Тіхомірової [80], І. Чупахи [82] та ін.

Учена А. Мітяєва визначає поняття «здоров'язбережувальні освітні технології» як «якісну характеристику будь-якої освітньої технології, її «сертифікат безпеки для здоров'я» і сукупність тих принципів, методів, прийомів педагогічної роботи, які, доповнюючи традиційні технології навчання і виховання, наділяють їх ознакою здоров'язбереження» [58, с.100].

У контексті нашого дослідження актуальною і важливою є інтерпретація здоров'язбережувальних технологій О.Сироватко, яка досліджує питання застосування здоров'язбережувальних технологій у підготовці працівників соціальної сфери. Вона зазначає, що здоров'язбережувальні технології – це ті на часі необхідні та ефективні технології, що не викликають у суб'єктів їх спрямування специфічних захворювань, що можуть бути ними отримані в процесі навчання, практичної підготовки та особистісного і професійного становлення: неврозів, стресових станів, хронічної втоми, дидактогеній, професійного вигорання та вигорання особистості, часткової втрати за певний період його предметних знань [73, с.20].

Аналіз вище висвітлених підходів до визначення здоров'язбережувальних технологій свідчить, що здоров'язбережувальні технології є важливим компонентом освітнього процесу, який забезпечує його ефективність та реалізацію, беруть на себе організаційну, координувальну функції здоров'язбережувального освітнього процесу та при цьому характеризуються відносною автономністю щодо нього.

Ґрунтуючись на вже наявних здоров'язбережувальних технологіях, учені О. Ващенко та Г. Свириденко виокремлюють наступні види технологій:

– здоров'язбережувальні – технології, що створюють безпечні умови для перебування, навчання та праці у навчальному закладі і ті, що вирішують завдання раціональної організації виховного процесу (з урахуванням вікових, статевих та фізичного навантажень можливостям учнів);

– оздоровчі – технології, спрямовані на зміцнення здоров'я, підвищення потенціалу (ресурсів) здоров'я (фізична підготовка, фітотерапія, ароматерапія, загартування, гімнастика, масаж, фізіотерапія, музична терапія);

– технології навчання здоров'ю – гігієнічні навчання, формування життєвих навичок (керування емоціями, вирішення конфліктів тощо), профілактика травматизму та зловживання психоактивними речовинами, статеве виховання;

– виховання культури здоров'я – виховання в учнів особистісних якостей, які сприяють збереженню та зміцненню здоров'я, формування уявлень про здоров'я як цінність, посилення мотивації на ведення здорового способу життя, підвищенню відповідальності за особисте здоров'я, здоров'я родини [11, с.4].

На наш погляд, цікавою є класифікація здоров'язбережувальних технологій, яка передбачає їх поділ за характером дії: 1) захисно-профілактичні технології (спрямовані на захист людини від несприятливих для здоров'я дій); 2) компенсаторно–нейтралізувальні технології (спрямованість на усунення недоліків у функціонуванні організму та забезпечення його всім необхідним для повноцінної життєдіяльності); 3) стимулювальні технології (дають змогу активізувати власні сили організму, використовувати його ресурси для виходу з небажаного стану); 4) інформаційно-навчальні технології (забезпечують належний рівень грамотності, необхідний для ефективної турботи про здоров'я, своє і своїх близьких, допомагають у вихованні культури здоров'я) [36, с.89].

Як було зазначено раніше, на процес формування культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів на етапі їх професійної підготовки впливає багато об'єктивних і суб'єктивних чинників. Проте, необхідно зазначити, що важливе значення у процесі формування культури професійного здоров'я майбутніх фахівців має політика закладу вищої освіти, зокрема в тій частині, що передбачає створення у ньому сприятливого, здоров'язбережувального середовища для навчання та виховання соціальних педагогів.

Заклад із здоров'язбережувальним середовищем – це такий заклад освіти, в якому забезпечується рівновага між адаптивними можливостями організму молодої людини й середовищем, яке постійно змінюється. Формування здоров'язбережувального середовища закладу освіти необхідно починати з аналізу рівня здоров'я й способу життя студентів. На підставі цього має бути вироблена чітка програма заходів та напрямів, забезпечення та вдосконалення здоров'язбережувальних технологій підготовки майбутніх фахівців, серед яких обов'язково повинні бути: 1) виявлення рівня фізичного та емоційного розвитку й підготовленості студентів до розвитку особистісного потенціалу, яке може бути покладене на психологів, викладачів фізичного виховання, кураторів студентських груп; 2) організація роботи щодо збереження й зміцнення здоров'я студентів і формування здорового способу їх життя через формування відповідальних працівників або ж підрозділів за цей напрям роботи (Л. Нагавкіна).

Організація здоров'язбережувального освітнього процесу у вищій школі є складним завданням, розв'язання якого можливе тільки за умови усвідомленню керівництва закладу вищої освіти, викладачів необхідності формування у майбутніх фахівців спрямованості на здоровий спосіб життя та необхідності розроблення чіткої програми дій і заходів з формування культури професійного здоров'я студентів, гармонійної взаємодії усіх учасників освітнього процесу у напрямі формування та збереження власного професійного здоров'я.

Досліджуючи питання формування культури здоров'я майбутніх педагогів як умови запобігання емоційному вигоранню, Л. Ковальчук конкретизує зміст та взаємозв'язок понять теоретично-понятійного апарату цього процесу. До ознак сприятливого здоров'язбережувального середовища вона відносить: сформованість культури здоров'я, професійне довголіття педагога, до ознак несприятливого: емоційне вигорання, втрата здоров'я педагогом, стагнація [43, с.6].

У своїй діяльності ми враховували і напрями здоров'язбережувальної діяльності, що запропоновані у роботі закладів вищої освіти:

- а) оптимізація морально-психологічного клімату у колективі та закладі загалом через створення доброзичливої атмосфери взаємовідносин;
- б) санітарно-гігієнічні та попереджувально-лікувальні заходи;
- в) організація оздоровлення в усі без винятку пори року;
- г) система фізкультурно-оздоровчої роботи;
- г) забезпечення культурно-масової та волонтерської діяльності;
- д) гнучкий та безпечний режим праці й відпочинку[10].

У розробленій нами моделі системі формування культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів результат сформованості культури професійного здоров'я визначається кількісними та якісними змінами їх показників сформованості культури професійного здоров'я досягненням розвитку компонентів культури професійного здоров'я соціальних педагогів достатнього і творчого рівнів.

У результаті аналізу наукової літератури ми дійшли висновку, що в процесі підготовки майбутніх соціальних педагогів в закладах вищої освіти належним чином реалізовується освітня функція, спрямована на теоретичну та практичну підготовку студентів. Що стосується здоров'язбережувальної функції, то вона більшою мірою спрямована на забезпечення загального фізичного, психічного, соціального здоров'я студентів. Проте в її змісті, недостатньо уваги, на наш думку, приділяється формуванню культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів. Для вирішення цього питання ми пропонуємо інтегрувати у програму професійної підготовки соціальних педагогів курс «Професійне здоров'я соціального педагога» (Додаток Д) та спецсеминар-тренінг «Конструктивне подолання професійних труднощів соціально-педагогічної діяльності», дидактична спрямованість та змістове наповнення яких сприятимуть формуванню культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів.

2.2. Дослідно-експериментальна перевірка ефективності моделі системи формування культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів

Створення моделі системи формування культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів дало змогу перейти до наступної частини дослідно-експериментальної роботи, що передбачає організацію педагогічного процесу формування досліджуваного феномена.

В експерименті брали участь студенти 1-4 курсів спеціальності «Соціальна педагогіка» Тернопільського національного педагогічного університету імені Володимира Гнатюка та Дрогобицького державного педагогічного університету імені Івана Франка.

Як ми зазначали вище, формування культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів у період їх професійної підготовки передбачає три етапи (потребнісно-критичний, інформаційно-ціннісний, креативно-практичний), логічна взаємодія яких забезпечила кількісні та якісні зміни під час реалізації програми формування культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів.

Розглянемо детальніше процес реалізації програми формування культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів у період їх професійної підготовки на кожному із визначених етапів.

Потребнісно-критичний етап формування культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів був спрямований на діагностику та оцінку студентами наявного рівня свого фізичного, психологічного, духовного та професійного здоров'я. Майбутні фахівці мали можливість ознайомитися з фундаментальними основами майбутньої професії, а також переконатись у її суспільній значущості та складності, побачити її вплив на здоров'я соціального педагога та усвідомити необхідність формування, збереження власного професійного здоров'я ще на етапі навчально-професійної діяльності. Частковому вирішенню цих завдань сприяло вивчення студентами окремих дисциплін психолого-педагогічного циклу («Вступ до спеціальності»,

«Технології соціально-педагогічної роботи», «Соціальна педагогіка», «Соціальна конфліктологія», «Основи професійної комунікації», «Основи та ін.). У процесі вивчення цих дисциплін майбутні фахівці отримували перше уявлення про специфіку обраної професії, її суспільне значення, опановували основи соціально-педагогічної діяльності, вивчали технології роботи з різними проблемними категоріями населення (люди з інвалідністю, малозабезпечені, люди похилого віку, діти, які відзначаються адиктивною, девіантною поведінкою, неблагополучні та багатодітні сім'ї тощо). Під час лекцій та семінарських занять студенти опановували навички культури спілкування, культури поведінки та діяльності, технології діяльності соціального педагога, що є важливою умовою якісного виконання майбутніми фахівцями професійних обов'язків. Досягненню бажаного результату у вирішенні окреслених завдань сприяло також використання методики А. Погодіної «Урок толерантності», метою якого було визначення рівня емоційної стійкості майбутніх фахівців, формування гуманістичних мотивів поведінки особистості у процесі взаємодії з людьми (як критерію толерантності, показником якого є емоційна стабільність, доброзичливість, ввічливість, терпіння, соціальна відповідальність; самостійність, соціальна релаксація). Майбутні соціальні педагоги вивчали ефективні способи розв'язання конфліктних ситуацій, шляхи подолання кризових явищ, різних форм асоціальних проявів у соціальному середовищі, опановували навички подолання бар'єрів у спілкуванні (вправа «Маски у спілкуванні») [33, с.14]. Використання вправ («Асоціації», «Лінія конфлікту», моделювання ситуацій) [12, с.54], сприяли розвитку саморегуляції та самоконтролю майбутніх соціальних педагогів.

У процесі вивчення педагогіки, соціальної педагогіки, психології відбувається входження студентів у світ професійних цінностей соціально-педагогічної діяльності. Завдяки вивченню цих дисциплін майбутні фахівці глибше усвідомлювали філософію власного внутрішнього світу; формували внутрішню картину власного професійного здоров'я.

Як правило, в освітньому процесі мотивація студентів до вивчення

фахових дисциплін здійснювалась через їх переконання у необхідності отримання спеціальних знань для можливості досягнення позитивного результату у розв'язанні професійних завдань. У процесі реалізації завдання формування культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів ми прагнули робити більший акцент на необхідності засвоєння студентами професійних знань для збереження власного професійного здоров'я та оволодіння культурою професійного здоров'я як одного із найосновніших способів та умов досягнення особистісного та професійного успіху, професійного довголіття (вправи «Ваші цінності», інсценування притчі «Цінність часу») [66, с.86].

Вивчення дисциплін медико-біологічного циклу («Вікова фізіологія і валеологія», «Основи медичних знань», «Фізичне виховання», «Формування здорового способу життя» та ін.) забезпечують можливість студентам оволодіти знаннями сенситивного розвитку фізіологічної та психологічної сфер свого організму, здобути навички надання першої медичної допомоги в екстремальних умовах (травматизмі). Заняття з фізичної культури сприяють у переконанні майбутніх соціальних педагогів у тому, що фізична культура – це не тільки: «вище, швидше, сильніше». Це мистецтво володіння фізичним потенціалом, ресурсом власного організму. У процесі вивчення курсу «Формування здорового способу життя» майбутні фахівці ознайомлюються з наслідками згубної дії шкідливих звичок на організм людини, способами гармонізації, фізичної, психічної сфер власного організму, технологіями саморегуляції, самоконтролю, самооздоровлення («Із трактату Лао-Цзюнь» – обговорення порад, прикладна психологічна анімація «Притчі»; тематична інформація, вправа «Встановлення контакту», «Емоції в моєму тілі») [48, с.11].

Для підвищення якості засвоєння знань із дисциплін психолого-педагогічного та медико-біологічного циклів ми використовували пам'ятку, розроблену Є. Журавльовою «Правила ефективного навчання», яка містить у собі комплекс рекомендацій щодо оптимізації процесу читання літератури, підготовки до екзаменів, запам'ятовування навчального матеріалу, а також

підвищення мотивації навчання [28, с.211]. На цьому етапі основний акцент ми робили на виявленні у студентів вихідного рівня володіння культурою професійного здоров'я та розвиток у майбутніх фахівців здоров'язбережувальних мотивів поведінки і діяльності, з'ясування рівня їх готовності до валеологічної діяльності.

Для виявлення ставлення студентів до проблеми формування культури здоров'я ми використали авторську анкету «Оцінка ставлення майбутніх соціальних педагогів до проблеми культури здоров'я». Оцінку здорового способу життя студентів ми здійснювали за допомогою анкети К. Байера, Л. Шейнберга; для діагностики вміння студентів говорити і слухати ми використовували тест Маклені. З'ясування здатності майбутніх соціальних педагогів справлятися із дією стресу здійснювалась за допомогою анкети, розробленої Л. Шейнбергом «Чи вмієте Ви справлятися зі стресом?».

У процесі проведення діагностики студенти не тільки отримували вихідні дані про стан власного фізичного, психічного, соціального, духовного здоров'я, але й опановували спеціальні діагностичні вміння, які їм знадобляться у майбутній професійній діяльності.

Важливою в контексті нашого дослідження є думка І. Соковня-Семенової, яка зазначає, що ні побажання, ні накази, ні покарання не можуть змусити людину вести здоровий спосіб життя, зберігати і зміцнювати власне здоров'я, якщо всім цим не керує усвідомлена мотивація здоров'я [75, с.85].

Для оволодіння студентами системою правильних мотивів до формування та збереження власного здоров'я та як наслідок вироблення на цій основі індивідуального стилю здоров'ятворчої поведінки ми використовували методику І. Соковня-Семенової, що передбачає формування у майбутніх соціальних педагогів наступних мотивів:

– мотивація самозбереження. Формування цього мотиву зводиться до того, що людина не здійснює тієї дії, яка загрожує її здоров'ю і життю. Наприклад, людина не буде стрибати з моста в річку, якщо вона не вміє плавати, бо наперед знає, що потоне;

– мотивація підпорядкування етнокультурним вимогам. Формування мотиву: людина підпорядковується етнокультурним вимогам тому, що хоче бути рівноправним членом суспільства і жити з його членами в гармонії. Протягом тривалої соціальної еволюції суспільство відбирало корисні звички, виробляло систему захисту від несприятливих факторів. Все це передавалося від покоління до покоління у вигляді вимог або традицій певного етносу;

– мотивація отримання задоволення від здоров'я. Це проста гедонічна мотивація, яка формулюється так: «Відчуття здоров'я приносить мені радість, тому я роблю все, щоб відчувати це почуття»;

– мотивація можливості самовдосконалення. Формулювання: «Якщо я буду здоровий, я можу піднятися на більш високий щабель суспільної, професійної драбини». Ця мотивація досить істотна у теперішній час, коли необхідно бути конкурентоздатним, щоб домогтися високого рівня професійного, суспільного визнання, адже у здорової людини більше шансів на успіх;

– мотивація можливості маневрувати. Формулювання: «Якщо я буду здоровим, то зможу на свій розсуд змінювати свою роль у суспільстві і місце в ньому». Здорова людина може відчувати себе вільною, незалежно від зовнішніх умов;

– мотивація можливості сексуальної реалізації. Формулювання: «Здоров'я дає мені можливість для сексуальної гармонії». Сексуальна потенція чоловіка і жінки знаходиться в прямій залежності від здоров'я. А як важливо бути сексуально привабливим! Якщо ти молодий, то це архіважливо;

– мотивація досягнення максимально можливої комфортності. Формулювання: «Я здоровий, мене не турбують фізичні і психологічні незручності» [75, с. 85].

Усвідомлення необхідності оволодіння системою правильних здоров'язбережувальних мотивів особистісної та навчально-професійної діяльності допомогло студентам зрозуміти причинно-наслідковий зв'язок між їх професійним здоров'ям і професійним успіхом.

Виконання вправ «Я-людина», діагностичного малюнка «Автопортрет» сприяло усвідомленню майбутніми соціальними педагогами свого буття, природної унікальності, формуванню відповідального ставлення до власного життя та життя суспільства. Під час цих занять ми ставили перед майбутніми соціальними педагогами завдання обґрунтувати взаємозв'язок та значення сформованості тріади Я-особистість, Я-професіонал, Я-громадянин у культурному становленні соціального педагога [55, с.9].

Обґрунтування захворювань, що є наслідком тривалої дії негативних стрес-чинників, підвищувало інтерес та увагу студентів до проблеми здоров'язбереження, спонукало їх до вироблення індивідуальної програми збереження професійного здоров'я та формування активної, здоров'ятворчої життєвої позиції (малюнок «Стрес», бесіди «Обличчя стресу», «9 кроків до подолання стресу» (І. Єрмаков).

На потребнісно-критичному етапі програма формування культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів реалізовувалася за допомогою методу «портфоліо», застосування якого дало змогу студентам побачити об'єктивну картину власного фізичного, духовного, психологічного, соціального стану здоров'я, систематизувати здобутий досвід в освітньому процесі, оцінити результати та досягнення здоров'ятворчої навчально-професійної діяльності, ідентифікувати, усвідомити себе як носіїв загальнолюдських і професійних цінностей. Використання *методу «проблемної лекції - бесіди»* спонукало майбутніх соціальних педагогів до самостійного пошуку способів розв'язання складних професійних завдань, ведення здорового способу життя, як важливої умови професійного благополуччя (вправа «Психологічна самооборона», колаж «Моє професійне майбутнє») [16, с.111].

На розвиток мотивації студентів до формування культури професійного здоров'я позитивно вплинуло використання *соціально-психологічного тренінгу*. Соціально-психологічний тренінг спрямовувався на: 1) формування професійної стійкості; 2) навчання теоретичним основам професійної стійкості соціальних педагогів; 3) формування професійно-значущих якостей майбутніх

фахівців. При побудові занять тренінгу ми використовували вправи, запропоновані В. Пузіковим та Н. Самоукіною для профілактики емоційного вигорання [69, с.44; 72, с.89].

Застосування методу *імітаційно-рольового моделювання педагогічних ситуацій* передбачало максимальне наближення навчального процесу до реалій майбутньої соціально-педагогічної діяльності. Використання цього методу забезпечило можливість студентам побачити специфіку роботи соціального педагога, зрозуміти її труднощі, усвідомити необхідність збереження і зміцнення професійного здоров'я.

Для формування мотивації майбутніх соціальних педагогів до оволодіння культурою професійного здоров'я ми також використовували методи: особистий приклад педагога, індивідуальні консультації для студентів, дискусії, заохочення, стимулювання активності майбутніх фахівців в опануванні знань та ін. Освітній процес відзначався позитивним емоційним забарвленням як з боку викладачів, так і з боку студентів.

У результаті проведеної нами роботи з діагностики вихідного стану володіння майбутніми соціальними педагогами культурою професійного здоров'я у них сформувались реальні уявлення про наявні фізичні, психічні можливості, ресурси власного організму. Студенти усвідомили специфіку своєї професії та труднощі, які в ній існують. Потребнісно-критичний етап формування культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів забезпечив оволодіння студентами діагностичними та аналітичними вміннями.

Накопичення кількісних змін у процесі підготовки студентів до оволодіння культурою здоров'я забезпечило можливість переходу на новий, якісний рівень. У майбутніх соціальних педагогів виникає усвідомлена необхідність у збереженні професійного здоров'я, активність і спрямованість щодо оволодіння культурою професійного здоров'я.

На потребнісно-критичному етапі реалізації програми формування культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів створювалися

відповідні умови для розвитку емоційно-вольового, мотиваційно-ціннісного, рефлексійно-оцінного компонентів досліджуваного феномена.

У результаті роботи, що здійснювалась на потребнісно-критичному етапі формування культури професійного здоров'я, у студентів актуалізується внутрішня суперечність між потребою збереження професійного здоров'я, оволодіння культурою професійного здоров'я та відсутністю для цього необхідних і достатніх знань. Розв'язання цієї суперечності відбувається при переході на інший етап.

Інформаційно-ціннісний етап формування культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів спрямований на опанування системи знань про структуру і функції поняття «культура професійного здоров'я», чинники професійного здоров'я соціальних педагогів, принципи, форми та методи формування культури професійного здоров'я, а також формування у студентів ціннісних установок на збереження професійного здоров'я та загалом формування культури професійного здоров'я.

Під час лекцій та семінарських занять із соціальної педагогіки студенти засвоюють необхідні знання, які складають понятійно-категоріальну основу їх методологічної, методичної і технологічної підготовки до виконання професійних обов'язків. У рамках вивчення дисципліни «Психогігієна» майбутні фахівці оволодівають знаннями про шляхи і засоби гармонізації власного психологічного стану у процесі виконання складних професійних завдань. Курс «Конфліктологія» сприяє оволодінню студентами способами вирішення конфліктних ситуацій, методами попередження, управління та розв'язання конфліктних ситуацій. Під час вивчення дисципліни «Основи медичних знань» студенти опановують навички надання першої медичної допомоги у критичних ситуаціях, знайомились з використанням та дією лікарських засобів загального використання. Курс «Фізичне виховання» сприяє загальній фізичній підготовці студентів. У процесі вивчення дисципліни «Психологія стресу» майбутні соціальні педагоги поглиблювали знання про

причини виникнення стресу, його наслідки впливу на організм людини, ознайомлювались із технологіями подолання стрес-чинників.

Необхідно зазначити, що вивчення вище перелічених дисциплін створює відповідну теоретичну та методологічну основу для формування культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів, але не забезпечує достатньою мірою досягнення поставленої мети.

З огляду на це, на інформаційно-ціннісному етапі ми запровадили розроблений курс *«Професійне здоров'я соціального педагога»*, під час вивчення яких студенти опановували спеціальні знання з проблеми збереження професійного здоров'я, способи протидії стресу, шляхи запобігання професійному вигоранню, професійним деструкціям тощо.

При вивченні теми *«Теоретичні аспекти культури професійного здоров'я соціальних педагогів»* студенти досліджували сутність категорій *«культура»* та *«здоров'я»*, зміст, структурні компоненти і функції культури професійного здоров'я, з'ясовували місце професійного здоров'я у системі ціннісних орієнтацій майбутніх фахівців соціальної сфери. Вивчення теми *«Проблема збереження професійного здоров'я у соціально-педагогічній роботі»* сприяє засвоєнню питань про роль і значення фізичного, психічного, соціального, духовного здоров'я у системі формування культури професійного здоров'я соціального педагога; розумінню професійного здоров'я як чинника професійного довголіття, а продуктивності та ефективності праці соціального педагога як показника його професійного здоров'я. Тема *«Чинники професійного здоров'я соціальних педагогів»* передбачає розгляд питань: вплив професії соціальних педагогів на їх здоров'я; здоровий спосіб життя як шлях до особистісного і професійного успіху; способи зняття агресії; методи корекції негативного стану, підвищення настрою тощо. У процесі вивчення цих питань студенти усвідомлюють значення здоров'я для особистісного і професійного благополуччя.

Метою проведення лекцій *«Стрес в професійній діяльності соціального педагога»*, *«Проблема професійного вигорання у соціально-педагогічній*

роботі» є забезпечення можливості студентам засвоїти сутність професійного стресу, причин його виникнення, стадій розвитку; ознак та наслідків дії стресу на організм фахівця, причин виникнення професійних деформацій соціальних педагогів; ознак професійних деформацій; внутрішніх і зовнішніх причин появи професійного вигорання; гендерних особливостей емоційного вигорання тощо. У процесі практичних занять студенти готували есе «Синдром «емоційного вигорання», ми використовували вправи «Поділись з колегою» [17, с.75], «Я і професійний стрес», що спрямовані на засвоєння шляхів превенції впливу негативним стрес-чинників.

Під час вивчення тем «Гармонізація психологічного стану соціальних педагогів» і «Технології формування культури професійного здоров'я соціальних педагогів» майбутні фахівці опановували знання щодо способів гармонізації психологічного стану соціального педагога («Стресменеджмент» – ефективна антистресова програма. Релаксаційно-дихальна гімнастика (В. Бобрицька). Фітотерапія. Способи подолання стресу (Л. Горяна). Корекція негативних психічних станів через активні рухи (танок), регуляція процесу дихання, психічна релаксація, мобілізація психічних ресурсів (Л. Єргієва). Майбутні соціальні педагоги ознайомилися з конструктивними методами протидії емоційному вигоранню, вивчали традиційні і нетрадиційні способи оздоровлення (медитація, йога – асани). Студенти отримували від викладача поради щодо: підвищення працездатності у складних професійних умовах (вправа для зняття психоемоційного напруження (за Г. Бенсоном), шляхів підвищення професійної стійкості, способів саморегуляції у стресових ситуаціях (аромотерапія; самоспостереження; чотири варіанти вислуховування (Т. Гордон) та ін.); технік подолання стресу (вправи «Відрізати, відкинути», «Лейбл, або Ярлик», «Перебільшення», «Визнання своїх достоїнств» (М. Авраменко) тощо.

На інформаційно-ціннісному етапі реалізації програми формування культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів створювались умови для оволодіння студентами системою методологічних (знання

біологічних і соціальних основ життєдіяльності і життєзабезпечення людини), теоретичних (знання, пов'язані з усвідомленим вибором змісту, форм, засобів і методів, закономірностей та етапів формування професійного здоров'я), методичних (знання оздоровчих технік, методик оцінки та корекції функціональних станів), технологічних (знання про профілактичні заходи, здоров'язбережувальні технології) та індивідуальних (знання своїх індивідуальних особливостей, стану власного здоров'я, особливостей оздоровлення власного організму) здоров'ятворчих знань.

Формування здоров'язбережувальних знань, умінь та навичок, необхідних студентам для оволодіння культурою професійного здоров'я та усвідомлення здоров'я як однієї з основних життєвих і професійних цінностей здійснювалось за допомогою використання методів: *проекту*, який сприяв творчому розвитку студентів, систематизував та інтегрував у собі науковий матеріал дисциплін із різних галузей знань, необхідних для оволодіння студентами культурою професійного здоров'я (вправа-захист проекту «Правила душевної рівноваги») [24, с.37]); *інформаційно-комунікативних технологій (ІКТ)*, що забезпечували можливість майбутнім соціальним педагогам використовувати новітні комп'ютерні та інформаційні технології для засвоєння навчального матеріалу. мультимедійні засоби для кращого сприйняття навчального матеріалу; метод *мозкового штурму* (вправа «Соціальний педагог у недружньому середовищі» (Є. Журавльова) сприяли активізації творчої та інтелектуальної діяльності студентів; використання *кейс-методу* сприяло опануванню майбутніми фахівцями новими, професійно-значущими знаннями шляхів збереження професійного здоров'я, здобуттю досвіду здоров'язбережувальної професійної діяльності як у навчальному процесі, так і під час проходження соціально-педагогічної практики.

Також на цьому етапі ми використовували додаткові педагогічні засоби (особистий приклад педагога, заохочення, підтримку, переконання), створювали сприятливу психологічну атмосферу в освітньому середовищі та ін. Важливе значення на інформаційно-ціннісному етапі реалізації програми

формування культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів мав психолого-педагогічного супровід студентів на шляху до здобуття ними теоретичних і практичних, валеологічних та психолого-педагогічних знань. Студенти відчували увагу і підтримку педагогів, що сприяло усуненню бар'єрів у спілкуванні і взаєминах між ними. Взаєморозуміння і довірливі стосунки між студентами і викладачами дали змогу якісніше і об'єктивніше оцінити результати і досягнення майбутніх фахівців у процесі оволодіння культурою професійного здоров'я, а студентам перейняти досвід педагогічної (здоров'язбережувальної) взаємодії у навчально-професійній діяльності.

Інформаційно-ціннісний етап спрямований здебільшого на формування змістовно-операційного та рефлексійно-оцінного компонентів культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів. У результаті проведеної роботи на інформаційно-ціннісному етапі у майбутніх фахівців актуалізується внутрішня суперечність між здобутими теоретичними знаннями та невмінням використовувати їх на практиці, що обумовило необхідність і потребу переходу на інший етап реалізації програми формування культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів.

Креативно-практичний етап реалізації програми формування культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів є найбільш тривалим у часі і складним технологічно, оскільки основним його завданням є формування у студентів комплексу проєктивних, прогностичних, аналітичних, методичних, організаційних умінь і навичок, доведення їх до автоматизму, майстерності.

Характерною особливістю цього етапу є практичне застосування засвоєних теоретичних психолого-педагогічних і валеологічних знань, здобуття досвіду здоров'язбережувальної поведінки та діяльності. Вирішенню цих завдань сприяло проходження майбутніми соціальними педагогами соціально-педагогічної практики, у процесі якої студенти:

- ознайомлювались із специфікою професії соціального педагога, її особливостями. У них формувались уявлення про вимоги, що ставляться до

практичної підготовки фахівців соціальної сфери, вони усвідомлювали необхідність оволодіння професійно-значущими якостями;

- отримували перший досвід роботи за обраним фахом;
- намагалися глибше пізнати особливості обраної професії;
- закріплювали здобуті теоретичні знання у реальних соціально-педагогічних умовах;
- розвивали саморегуляцію, вольові зусилля тощо.

Для підвищення спрямованості соціально-педагогічної практики на формування культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів ми ставили перед студентами наступні завдання:

- аналіз основних видів професійної діяльності соціального педагога, вимог, що ставляться до його рівня володіння професійними знаннями, вміннями і навичками;
- формування здатності до аналізу продуктів власної навчально-професійної діяльності, рівня володіння професійно-значущими якостями;
- формування здатності студентів до самопізнання, саморефлексії: усвідомлення сильних і слабких аспектів своєї особистості, управління психофізіологічним станом, наявний рівень володіння професійними знаннями, вміннями і навичками;
- підвищення мотивації студентів до самовиховання, самоосвіти, самооздоровлення у процесі професійної підготовки;
- формування позитивного і відповідального ставлення до обраної професії, до свого «професійного-Я» (студентам було запропоновано «Професійна анкета» [28, с.162] і спеціально розроблені завдання для проходження соціально-педагогічної практики

На креативно-практичному етапі майбутні фахівці рефлексійно оцінювали результати своєї навчально-професійної діяльності і прагнули творчо підходити до вирішення навчальних завдань. Під час написання творчих робіт («Культура здоров'я соціального педагога», «Чинники погіршення здоров'я соціального педагога», «Місце культури здоров'я в системі ціннісних

орієнтацій соціального педагога» та ін.), виконання індивідуальних завдань («На основі аналізу валеологічної та психолого-педагогічної літератури виокремте підходи вчених до інтерпретації поняття культура здоров'я», «Визначте комплекс професійно-особистісних характеристик соціального педагога, які допомагають йому зберегти професійне здоров'я в соціально-педагогічній діяльності»; «Розробіть індивідуальну програму збереження власного здоров'я у навчально-професійній діяльності» та ін.) майбутні соціальні педагоги дали змогу здобути теоретичні знання, практичні вміння і навички з питань збереження і зміцнення професійного здоров'я до творчого рівня розвитку. Виконання проєктивних малюнків «Соціальний педагог» і «Я» (Є. Журавлева) дав змогу сформуванню реалістичні уявлення студентів про професійний образ соціального педагога, сприяв усвідомленню майбутніми фахівцями можливостей професійного розвитку, а також підвищенню зацікавленості обраною професією.

Використання методу *семінару-дискусії* сприяло виробленню індивідуальної стратегії збереження професійного здоров'я, формування стійкої здоров'ятворчої позиції студентів, формуванню у них адекватної, об'єктивної оцінки нервово-психічного стану, ступеня емоційного напруження; розвитку навичок саморегуляції, професійної самосвідомості, емоційної стійкості. Цьому сприяло проведення рольової гри «Дискусія» та вправи «Адреналіновий барометр») (А. Єріна та ін. [25, с.147]).

Формування у студентів здоров'язбережувальних практичних умінь і навичок здійснювалося у процесі вивчення студентами дисциплін медико-біологічного та психолого-педагогічного циклів, а також тем розробленого курсу «Професійне здоров'я соціального педагога», зокрема «Чинники професійного здоров'я соціального педагога», що дало змогу студентам виявити ті ризики, які існують у соціально-педагогічній сфері, з'ясувати негативні наслідки впливу на організм соціального педагога шкідливих звичок і, відповідно, сприяло рефлексії необхідності формування, збереження власного професійного здоров'я. Вивчення тем «Стрес в професійній діяльності

соціального педагога» та «Проблема професійного вигорання у соціально-педагогічній роботі» сприяло усвідомленню майбутніми соціальними педагогами наслідків дії стресу на організм людини.

Змістове наповнення *семінару-тренінгу «Конструктивне подолання професійних труднощів соціально-педагогічної діяльності»* сприяло усвідомленню майбутніми соціальними педагогами труднощів роботи соціального педагога з проблемними категоріями населення, людьми з особливими потребами, вивчення шляхів подолання асоціальних проявів у соціумі без нанесення шкоди власному професійному здоров'ю, формуванню продуктивних копінг-стратегій.

На креативно-практичному етапі реалізації програми з формування культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів ми використовували методичні рекомендації О. Шумакової [85, с.61], що сприяло опануванню майбутніми соціальними педагогами теоретичних основ волонтерської діяльності. Студенти отримали цілісне уявлення про значення волонтерської діяльності для соціокультурного, професійного розвитку; усвідомлювали необхідність волонтерства для гуманізації суспільних відносин та своєї особистісної сфери; становлення культури особистості і культури суспільства; засвоєння методів, прийомів технологій волонтерської діяльності, необхідних не тільки для якісної роботи у соціумі (зокрема у популяризації здорового способу життя), але і для самосприйняття, визнання себе як професіонала, громадянина, якому не байдужі проблеми інших. Розвитку у студентів рефлексії соціально-педагогічної діяльності сприяло використання методу *портфоліо*, який передбачав аналіз майбутніми соціальними педагогами продуктів діяльності своїх наставників (педагогів, соціальних педагогів, соціальних працівників) і давав можливість студентам перейняти їх досвід, сформуванню правильних моральних та професійних ідеалів, самоідентифікуватись у своїй професії. Проведення *семінару «Профілактика та подолання синдрому «професійного вигорання»* спонукало майбутніх фахівців до усвідомлення цінності професійного здоров'я, дало актуалізувати знання студентів із питань

протидії негативним стрес-чинникам, емоційному вигоранню, сприяло формуванню потреби майбутніх соціальних педагогів бути здоровими, а також розвитку в них творчого ставлення до здоров'язбережувальної діяльності.

Фахове оволодіння студентами практичними вміннями і навичками формування професійного здоров'я лягло в основу вироблення майбутніми фахівцями індивідуальної стратегії збереження професійного здоров'я, вироблення індивідуально-зумовлених механізмів протидії і подолання стрес-чинників у навчально-професійній діяльності.

Про підвищення рівня сформованості культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів свідчили: їх здатність до самоконтролю, саморегуляції, професійно долати труднощі, що виникають у навчальній діяльності і зберігати при цьому емоційну стійкість, уміння акумулювати морально-вольові зусилля, правильно використовувати внутрішні ресурси власного організму, усвідомлення себе як носія загальнолюдських і професійних цінностей та необхідності самовиховання, самоосвіти, самооздоровлення для досягнення найвищого рівня професійного здоров'я і професійного довголіття.

Креативно-практичний етап реалізації програми формування культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів був спрямований на формування всіх компонентів культури професійного здоров'я, але основний акцент ми робили на формування змістово-операційного та рефлексійно-оцінного компонентів.

Організація освітнього процесу та аналіз змісту дослідно-експериментальної роботи щодо реалізації програми формування культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів на потребнісно-критичному, інформаційно-ціннісному та креативно-практичному етапах підготовки студентів дає змогу перейти до завершального етапу нашої роботи, а саме до аналізу результатів експериментального дослідження з формування культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів.

2.3. Аналіз результатів експериментального дослідження з формування культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів

Для підтвердження об'єктивності, ефективності запропонованих вище теоретичних положень, а також з'ясування вихідного стану сформованості культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів контрольних та експериментальних груп виникла необхідність розробки та формування комплексу діагностичних методик, орієнтованих на раніше визначену нами сукупність показників прояву майбутніх соціальних педагогів культури професійного здоров'я.

Учені Ю. Альошина [2], Є. Діканова [23], Є. Рогов [71] до основних вимог, яким повинні відповідати діагностичні методики відносять:

- формувальний характер проведених процедур (діагностика повинна бути спрямована не тільки на виявлення рівня розвитку якого-небудь явища, але і слугувати засобом його формування);

- усвідомлений характер застосування діагностичних методик: (студенти не просто виконують запропоновані діагностичні завдання, але й усвідомлюють мету їх застосування, беруть участь в обробці та обговоренні результатів);

- відповідність відібраних методик віку досліджуваних (відповідність рівню свідомості, інтересам, потребам) [70, с.69].

Грунтуючись на виокремлених вимогах, ми сформували комплекс діагностичних методик, який дав змогу з'ясувати вихідний рівень сформованості інтегральних компонентів досліджуваного явища.

Для діагностики сформованості мотиваційно-ціннісного компонента культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів ми використовували тест-опитувальник А. Реана (Додаток В) який дав можливість оцінити рівень сформованості у студентів мотивації до оволодіння культурою професійного здоров'я. Ця методика передбачала відповідь на 20 запитань, на які потрібно швидко, довго не замислюючись, відповісти. Відповідь, яка першою приходить на думку, як правило, і є найбільш точною. Діагностична методика М. Рокича (Додаток Г) дала змогу з'ясувати рівень усвідомлення майбутніми соціальними педагогами необхідності бути здоровими в ієрархічній

системі їх ціннісних орієнтацій. Сутність цієї методики полягала у ранжуванні студентами 18 інструментальних та 18 термінальних ціннісних орієнтацій у порядку важливості і значення їх у житті. Діагностичні методики А. Реана і М. Рокіча дали змогу з'ясувати рівень сформованості мотиваційно-ціннісного компонента культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів за наступними показниками: усвідомлення потреби у підтриманні і зміцненні здоров'я усіх суб'єктів професійної діяльності; потреба отримання необхідних знань і їх поглиблення та реалізація у професійній діяльності; необхідність створення власної філософії здоров'я; планування своєї життєдіяльності у відповідності з принципами культури здоров'я для самовдосконалення, самоствердження, реалізації життєвих і фахових цілей; усвідомлення значущості значущості здоров'язбережувальної професійної діяльності. Використання цих методик дало змогу також частково продіагностувати рівень сформованості емоційно-вольового компонента культури професійного здоров'я.

За результатами тестування студентів експериментальної групи 44,7 % респондентів віднесені до елементарного рівня сформованості мотиваційно-ціннісного компонента культури професійного здоров'я майбутніх соціальних; 28,9 % – репродуктивного; 18,5 % – достатнього; 7,9 % – творчого рівнів.

Використання тесту В. Бойка (Додаток Д) допомогло з'ясувати здатність майбутніх соціальних педагогів контролювати свої емоції, почуття. Сутність методики полягала у необхідності дати відповідь «так» або «ні» на 25 суджень, спрямованих на діагностику рівня володіння майбутніми соціальними педагогами емоційною та почуттєвою сферами своєї особистості. Діагностична методика Е. Ільїна та Є. Фещенко (Додаток Е) «Самооцінка терплячості» спрямована на виявлення ступеня володіння студентами вольовими якостями. Текст опитувальника містить 18 тверджень, зміст яких дав можливість виявити рівень сформованості одного з вольових якостей майбутніх соціальних педагогів – «терпіння». Окреслені методики забезпечили можливість виявити рівень сформованості емоційно-вольового компонента культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів за наступними показниками: прояв вольових якостей, необхідних для формування здоров'я і становлення культури

професійного здоров'я, пов'язаних зі зміною життєдіяльності згідно основних напрямів здоров'ятворення; організація контролю за втіленням у життя необхідних для зміцнення здоров'я рекомендацій; обмеження, а потім повне виключення з життєдіяльності всіх можливих чинників ризику для здоров'я; позитивні емоційні реакції, пов'язані з усвідомленням можливостей успішно транслювати отримані знання і вміння у сфері зміцнення здоров'я у майбутню професійну діяльність.

Отримані результати діагностики засвідчили, що для 48,7 % студентів експериментальної групи характерний елементарний рівень сформованості емоційно-вольового компонента культури професійного здоров'я; 35,5 % – репродуктивний; 9,2 % – достатній; 6,6 % – творчий рівень.

Розроблена нами авторська анкета діагностики змістово-операційного компонента культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів (Додаток Є) забезпечила можливість виявити та оцінити у студентів наявний рівень сформованості методологічних, теоретичних, методичних, технологічних та індивідуальних знань, а також необхідні вміння і навички щодо формування культури професійного здоров'я. Для об'єктивності результатів діагностики стану сформованості змістово-операційного компонента культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів ми використовували також «Карту самооцінки здоров'ятворчих знань та вмінь», розроблену Н. Гончаровою [15, с.154], мета якої полягала у виведенні середнього показника за результатами самооцінки студентами власного рівня оволодіння здоров'язберезувальними знаннями, вміннями і навичками та оцінки їх рівня і якості з боку викладачів. Це дало змогу також частково перевірити рівень сформованості рефлексійно-оцінного компонента культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів.

Аналіз одержаних результатів діагностики рівня сформованості змістово-операційного компонента культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів експериментальної групи засвідчив, що 51,4% студентам властивий елементарний; 22,4% – репродуктивний, 13,1 % – достатній; 13,1 % і творчий рівні сформованості культури професійного здоров'я.

Для діагностики усвідомленої потреби майбутніх соціальних педагогів у розвитку, саморозвитку для досягнення фізичного, духовного, соціального та професійного благополуччя ми використовували методика В.Урського (Додаток Ж). Текст питальник містить 15 запитань, спрямованих на виявлення у студентів рефлексії до оволодіння культурою професійного здоров'я. Використання цього питальника дало змогу з'ясувати рівень сформованості рефлексійно-оцінного компонента культури професійного здоров'я соціального педагога за такими показниками: об'єктивна, критична оцінка свого рівня володіння валеологічними знаннями, вміннями і навичками; здатність до самоорганізації і самоаналізу своїх почуттів, вчинків, дій; відчуття внутрішнього комфорту та задоволення від досягнутих результатів здоров'ятворчої діяльності.

Аналіз результатів діагностики сформованості рефлексійно-оцінного компонента культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів свідчить, що для 36,8 % майбутніх соціальних педагогів характерний елементарний; 40,9 % – репродуктивний; 13,1 % – достатній і 9,2 % – творчий рівні сформованості культури професійного здоров'я.

Для одержання більшої достовірності даних про досліджуваний феномен проводились індивідуальні бесіди як зі студентами, так і з викладачами, здійснювався аналіз продуктів діяльності майбутніх фахівців (творчих робіт, реферативних повідомлень, есе, індивідуальних навчально-дослідницьких завдань), спостереження тощо.

Розроблений методично-діагностичний комплекс дав змогу з'ясувати рівень сформованості кожного окремого компонента як системи узагальнених показників культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів. Ми враховували думки вчених Ю. Бабанського [5, с.98], Я. Загвязинського [30, с.125] про необхідність переведення середніх показників у відсотки. Ми слідували їх позиції та використали запропоновану вченими формулу:

Загальна кількість учасників експерименту (X) – 100%

Кількість учасників експерименту, віднесених до певного рівня володіння КПЗ – X

$$X=(X \times 100\%) / X = \dots$$

Для визначення рівня сформованості культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів ми використали середній показник, оскільки різниця між отриманими у процесі діагностики результатами за визначеними показниками, є у межах допустимої: 45,4 % студентів експериментальної групи були віднесені нами до елементарного рівня сформованості культури професійного здоров'я; 31,9% – до репродуктивного; 13,5% – достатнього і 9,2% – творчого рівня. Результати порівняльного аналізу отриманих діагностичних даних у студентів експериментальних і контрольних груп подані у табл.1.

Таблиця 2.1

Рівні сформованості культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів на початковому етапі експерименту (у %)

Рівні \ Групи	Елементарний	Репродуктивний	Достатній	Творчий
Експериментальна	45,4	31,9	13,5	9,2
Контрольна	43,2	32,2	17,3	7,3

Для кращого сприйняття табличних даних зобразимо отримані результати діагностики у вигляді діаграми.

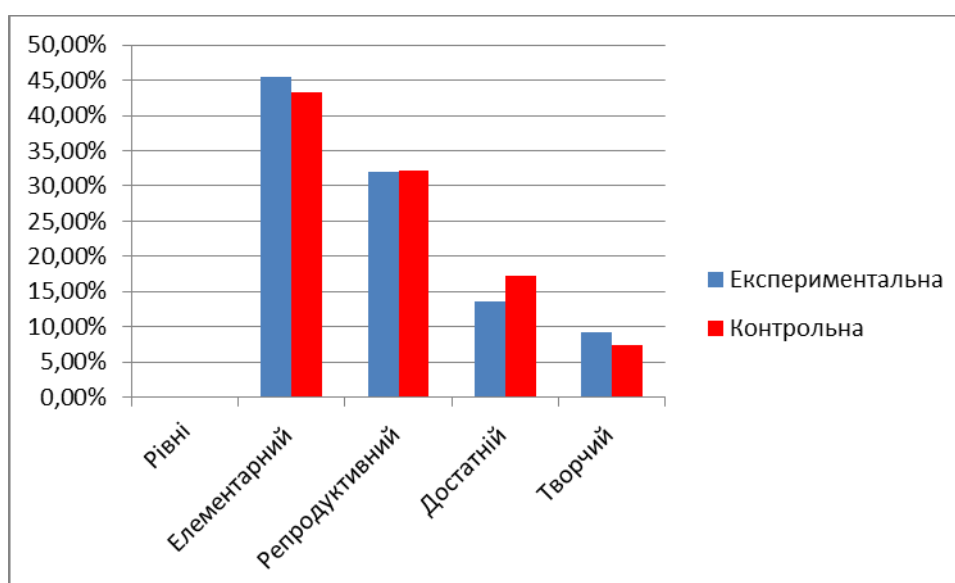


Рис. 2.2. Розподіл студентів за рівнями сформованості культури професійного здоров'я на початковому етапі експерименту

Як видно із діаграми, результати діагностики культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів контрольних та експериментальних груп на початковому етапі експерименту значно не відрізняються, що дає можливість більш об'єктивно оцінити результати експериментальної роботи на завершальному етапі.

Як ми вже зазначали раніше (п.2.2), дослідно-експериментальна робота проводилась зі студентами 1–4 курсів спеціальності «Соціальна педагогіка» і передбачала три етапи: потребнісно-критичний, інформаційно-ціннісний і креативно-практичний.

Результати проведеної діагностики на початковому етапі експерименту дали змогу умовно розділити студентів на чотири групи у відповідності до визначених рівнів сформованості культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів. Формувальний характер діагностичних методик сприяв розвитку позитивної мотивації студентів до майбутньої діяльності з оволодіння культурою професійного здоров'я, інтересу майбутніх фахівців до цього феномена. Про це свідчить характер заданих ними запитань та коментарів виконуваних завдань у процесі проведення діагностики: «Про яке здоров'я може йти мова, коли на нього завжди не вистачає часу» (Андрій – елементарний рівень); «Ніколи не думала, що моє спілкування з оточуючими впливає на моє здоров'я» (Ольга – репродуктивний рівень); «А що потрібно зробити, щоб досягнути успіху у навчально-професійній діяльності і зберегти здоров'я?» (Марія – достатній рівень); «Чи будемо ми вивчати детальніше, як зберегти здоров'я?» (Таня – творчий рівень).

Варто зазначити, що навіть ті студенти, які проявляли зацікавленість питаннями професійного здоров'я, не сприймали необхідність його збереження для досягнення особистісного і професійного благополуччя на усвідомленому, рефлексійному рівні. З огляду на це, на потребнісно-критичному етапі формування культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів ми прагнули мотивувати тих студентів, які не проявили інтерес до проблеми формування культури професійного здоров'я.

Потребнісно-критичний етап спрямований здебільшого на формування мотиваційно-ціннісного, емоційно-вольового та рефлексивно-оцінного компонентів культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів.

Мета потребнісно-критичного етапу полягала у формуванні здоров'язбережувальних мотивів поведінки майбутніх соціальних педагогів, усвідомлення необхідності збереження професійного здоров'я як основної умови досягнення особистісного та професійного успіху.

Досягнення поставленої мети передбачало реалізацію наступних завдань:

- самодіагностику студентами наявного рівня свого фізичного, психологічного, духовного та професійного здоров'я;
- ознайомлення майбутніх соціальних педагогів з фундаментальними основами їх професії, чинниками ризику, що існують у соціально-педагогічній сфері;
- розуміння необхідності формування, збереження власного професійного здоров'я ще на етапі навчально-професійної діяльності, переконання майбутніх фахівців у суспільній значущості та складності соціально-педагогічної діяльності;
- сприйняття майбутніми фахівцями культури професійного здоров'я як важливої особистісної і професійної цінності.

Вирішенню цих завдань сприяло вивчення студентами предметів психолого-педагогічного та медико-біологічного циклів, використання в освітньому процесі ціннісно-пізнавальних ситуацій, ситуацій самопізнання, а також цілий комплекс педагогічних засобів (індивідуальні бесіди, консультації з питань формування і збереження професійного здоров'я, групові дискусії, особистий приклад викладача, заохочення студентів та ін).

Розглянемо детальніше процес організації навчальної діяльності з формування культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів на потребнісно-критичному етапі.

У процесі вивчення психологічних і педагогічних дисциплін («Вступ до спеціальності», «Технології соціально-педагогічної роботи», «Соціальна

педагогіка», «Конфліктологія», «Психогігієна») ми зосереджували увагу студентів на усвідомленні складності соціально-педагогічної діяльності та необхідності збереження професійного здоров'я. Важливим завданням було сформуванню у майбутніх фахівців реалістичні уявлення про обрану професію, віру в свої можливості і сили.

На заняттях із дисциплін психолого-педагогічного циклу студенти висловлювали різні думки і враження щодо майбутньої професії. «Я не сподівалась, що професія соціального педагога настільки складна» (Олена – репродуктивний рівень); «Як зберегти своє здоров'я і бути успішним?» (Володимир – достатній рівень); «Моя мама працює у соціальній сфері, вона дуже часто приходять додому виснажена. Як можна цього уникнути?» (Сергій – творчий рівень); «У наш час дуже важко бути здоровим...» (Галина – елементарний рівень). Майбутні фахівці частково усвідомлюють складність обраної професії, недостатньо володіють системою стійких здоров'язбережувальних мотивів поведінки і діяльності, до кінця не розуміють причинно-наслідкових зв'язків між професією і здоров'ям. Для вирішення цих завдань проведено комплекс діагностичних заходів. З'ясування ставлення студентів до проблеми формування культури здоров'я здійснювалось за допомогою використання авторської анкети «Оцінки ставлення майбутніх соціальних педагогів до проблеми культури здоров'я». Аналіз результатів анкетування засвідчив, що тільки 47,5% студентів вважають здоров'я ціннісною категорією, проте тільки 19% респондентів дотримуються здорового способу життя; 51% студентів вважає, що здоров'язбережувальна компетентність є обов'язковим елементом професійної компетентності соціального педагога, але тільки 21,4% студентів готові до здійснення валеологічної діяльності; 49,2% майбутніх соціальних педагогів вважають, що добре володіють інформацією щодо наукових основ здорового способу життя, проте тільки у 24,7% студентів самооцінка власного здоров'я і власної системи валеологічних знань, на їх думку, є об'єктивною. У результаті оцінки студентами власного способу життя за допомогою анкети К. Байера, Л. Шейнберга [6, с.94] ми отримали наступні

результати: 11,5% студентів спосіб життя оцінюють відмінно, 24,9% – добре, 35% – як задовільний, 28,2% - не задовільний. Діагностика здатності майбутніх соціальних педагогів справлятися із дією стресу також здійснювалась за допомогою тесту, розробленого К. Байером, Л. Шейнбергом [6; с.94] «Чи вмієте Ви справлятися зі стресом?».

Аналіз результатів тестування свідчить про те, що 16,8% студентів виявляють здатність володіти собою; у 34,7% майбутніх фахівців констатовано середню здатність протидіяти стресогенним чинникам; 48,5% студентів не здатні справлятися зі стресом.

Аналіз отриманих результатів діагностики сприяв усвідомленню студентами цілеспрямованої роботи щодо формування здоров'язбережувальних мотивів поведінки і діяльності, оволодіння навичками толерантного ставлення до людей, доброзичливості, гуманності, здатності ефективно вирішувати конфліктні ситуації, формування емоційної стійкості тощо. Вирішенню цих завдань сприяв «Урок толерантності» (А. Погодіна). Урок передбачав 7 етапів, у процесі яких студенти виконували відповідні вправи і завдання, за результатами виконання яких учасники формували так званий «мішечок толерантності». Під час I етапу «Побажай мені успіху» педагог повідомляє, що всі студенти мають сказати пароль, який записано на картках, що знаходяться на столах у гравців. «Ми всі різні, але мета в нас одна». «Ми створюємо мішечок толерантності». «Я бажаю тобі успіху». При цьому студенти дотримуються певного ритуалу – звучить музика, запалюється свічка, і кожен гравець зі словами «Я бажаю тобі успіху» передає свічку іншому гравцеві. Коли останній студент у команді вимовив пароль, свічка передається протилежній команді з побажаннями успіху і потім за проханням викладача задмухується.

Після виконання завдання студенти обмінюються своїми думками і враженнями, водночас наповнюючи «Мішечок толерантності»: «Ми всі різні, але у нас одна спільна мета – жити в мирі, любові і злагоді. Ми мусимо про це пам'ятати» - (Олена – достатній рівень); «Ми повинні допомагати і підтримувати один одного, бо тільки спільними зусиллями ми зможемо зробити

світ кращим» (Галина – достатній рівень); «Співчуття і доброзичливість – це якості, якими має володіти кожна людина, але у нашій професії це вкрай важливо» (Андрій – творчий рівень). II етап «Абетка толерантності». Команди отримують завдання створити абетку толерантності. На листочках, де написано алфавіт, кожен учень має продовжити словом, яке тим чи іншим чином можна віднести до поняття толерантність. Наприклад: А – альтруїзм; Б – безкорисливість; В – ввічливість; Г – гуманізм... Створюючи нову пораду, члени кожної команди обирають три найголовніших слова зі своєї абетки і продовжують речення. Уставленні до інших завжди будь...

У процесі наступного – III етапу «Незнайомка» – студенти об'єднуються двома командами в одну. Педагог показує кольорове зображення дівчинки з портфелем і квітами і ставить студентам завдання дати їй характеристику. Основною метою цього етапу було переконати студентів у тому, що не варто поспішно робити висновок про людину, не вивчивши її достеменно. «Спочатку потрібно пізнати людину, а потім робити висновок про неї» і стало наступним наповненням у «Мішечок толерантності». Завдання IV етапу «Яблука» передбачало оволодіння майбутніми соціальними педагогами вмінням бачити унікальність і неповторність кожної окремої людини. Ми пропонували студентам виконати наступне завдання: візьміть кожний собі по одному яблуку. Роздивіться його якомога уважніше, з'ясуйте «особливі прикмети». На це дається 30 секунд. Потім яблука змішуються. Кожен повинен знайти своє яблуко і описати особливості, за яким його вирізняв. Після виконання завдання студенти висловили бажання помістити у «Мішечок толерантності» такі поради: «Навіть між близнятами є певні відмінності» (Оксана – елементарний рівень); «Кожна людина унікальна і неповторна за своєю сутністю і природою» (Олег – репродуктивний рівень); «Ми часто узагальнено сприймаємо людей, а потрібно використовувати індивідуальний підхід до кожного» (Марія – достатній рівень). V етап - «Біла ворона». Педагог розділяє студентів на дві рівних групи (наприклад, коти, жаби), повідомляє кожному на вухо назву якоїсь тварини. Всі студенти встають і виходять на «галявинку», де мають не говорити

ні слова, а тільки вимовляти звуки, характерні для цієї тварини. За звуками учасникам потрібно об'єднатися у дві команди – котів і жаб. Одному з учнів повідомляється слово «ворона». Після того, як студенти знаходять своїх, йде обговорення конкурсу (Як ви знайшли свої групи?; Чому на тебе ніхто не звертав уваги?; Чи важко було почуватися «білою вороною», відокремленою від усіх?; Чому ви не звертали на нього уваги?; Чи хотіли б ви опинитись на місці «білої ворони»? Чому?; А чи бувають «білі ворони» серед людей?; Як ви тепер будете ставитись до таких людей?). Після виконання цього завдання студенти дійшли спільної згоди про те, що якщо людина не така, як всі, то це не означає, що вона погана і що кожному людину потрібно сприймати такою, якою вона є.

VI етап. «Стереотип». Студентам слухають «Історію про Еллі» (за матеріалами книги А. Аскельрода) [83, с.18]. Чому на дівчинку образились яблука? Чому Еллі не схотіла їсти дині? Чому відкусила перець? У чому була її помилка? Чи допускаємо ми такі помилки у ставленні до людей? Якщо б одного разу ви побачили картину, коли чорношкіра людина проявила жорстокість по відношенні до іншої людини (європейської раси), то як би це вплинуло на ваше ставлення до всіх чорношкірих людей. Чи можна робити висновок з одного випадку, що всі афроамериканці можуть бути жорстокими? Поради у «Мішечок толерантності»: «Не варто судити про інших людей стереотипно» (Аня – достатній рівень); «Потрібно тільки на основі аналізу вчинків людей робити про них висновок» (Світлана – творчий рівень).

VII етап «Дерево Пізнання». Педагог пропонує студентам зірвати листочки з «Дерева Пізнання», на яких написані визначення поняття «толерантність» (студенти по черзі підходять до дерева, зривають листочки і зачитують вислови. Після цього кожна група пропонує свої думки стосовно висловлювань про толерантність). Кожна команда має обрати одне висловлювання, яке на її погляд, найбільш важливе, і саме його потрібно покласти до мішечка порад. Після того, як команди визначаться, педагог зауважує, що на жаль, студенти можуть тільки одне висловлювання з дерева пізнання залишити собі і покласти у мішечок. Команди повинні домовитись між собою, чиє висловлювання це буде. Після

виконання завдання майбутні фахівці обговорювали, чи змогли вони залишитись толерантним один до одного, чи поважали думку інших. Якщо вони впорались з останнім завданням і змогли дійти згоди у виборі вислову –це можна вважати справжньою перемогою толерантності, якщо ні, то потрібно з'ясувати, що завадило дійти згоди, над чим необхідно працювати.

Підсумком «Уроку толерантності» було знаходження відповіді на запитання: Чи все поклали до мішечка порад?; Чого у ньому не вистачає?; Чи можна спрогнозувати усі ситуації?; Як потрібно спілкуватися з людьми?; Чим потрібно керуватися у спілкуванні з людьми?... Формулювання золотого правила толерантності – стався до інших так, як хочеш, щоб вони ставились до тебе.

Активність і цілеспрямованість студентів у пошуку відповідей на ці запитання свідчила про те, що вони усвідомили значення толерантності, вміння уникати конфліктних ситуації у стосунках з оточуючими, протидіяти емоційному виснаженню у процесі взаємодії з оточуючими. Незважаючи на емоційно-забарвлену атмосферу заняття, активну дискусію майбутніх соціальних педагогів у процесі знаходження компромісу, вони продемонстрували повагу один до одного, уважно вислуховували своїх опонентів, демонстрували згуртованість і командну взаємодію.

VIII Етап. «Етап самооцінки» передбачав самооцінку студентами своєї участі у груповій роботі за 12-бальною шкалою: 1) Я уважно вислуховував інших членів команди-___ ; 2) Я пропонував ідеї-___ ; 3) Я був тактовний і толерантний до своїх товаришів-___. За результатами такої самооцінки студенти отримали змогу усвідомити, в якому напрямі їм потрібно розвиватися, а ми зрозуміли, наскільки студент адекватно оцінює свою участь у груповій роботі.

Підводячи підсумки своєї участі на заняттях «Уроку толерантності», студенти формулювали наступні висновки: «Я знала, що словом можна образити людину, але ніколи не замислювалась над тим, що спілкування також може впливати на наше самопочуття» (Наталя – репродуктивний рівень);

«Тепер я розумію, що вміння правильно спілкуватись дуже важливо у нашій професії» (Ольга – достатній рівень); «Толерантне ставлення до людей не тільки впливає на результат виконання професійних завдань, але і на наше здоров'я» (Ігор – творчий рівень).

«Урок толерантності» на потребнісно-критичному етапі формування культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів не тільки переконав студентів у важливості толерантного спілкування і взаємин; гуманного і доброзичливого ставлення до людей, здатності уникати, розв'язувати конфліктні ситуації, але й сприяв усвідомленню майбутніми фахівцями причинно-наслідкових зв'язків між культурою спілкування та професійним здоров'ям.

Використання вправи «Маски» передбачало формування у студентів навичок міжособистісної взаємодії, розвиток моральних якостей, співчуття і співпереживання; оволодіння здатністю долати бар'єри у спілкуванні з проблемними категоріями населення. Для цього ми запропонували студентам взяти кольорові серветки, скласти їх вдвоє і таким чином виготовити з них маски, які б виражали певні емоції чи почуття. У процесі виконання цього завдання майбутні соціальні педагоги мали змогу навчитися обирати правильний стиль спілкування, форму діалогу відповідно до обставин і станів, у яких перебуває людина.

Для формування вміння майбутніх соціальних педагогів запобігати виникненню конфліктних ситуацій, конструктивно їх вирішувати ми використовували вправи «Асоціації», «Лінія конфлікту». Метою використання вправи «Асоціації» було з'ясування розуміння і сприйняття майбутніми фахівцями поняття «конфлікт». Викладач пише на дошці слово «конфлікт» і пропонує студентам називати слова, які асоціюються у них зі словом «конфлікт» (зло, агресія, конфронтація) і зазначає на дошці. Слова, які мають позитивне забарвлення необхідно позначити знаком «+», а які негативне «-». Мета виконання вправи «Лінія конфлікту» полягала у з'ясуванні ставлення студентів до конфлікту. Ми пропонували студентам уявити собі лінію, якою

розділена кімната по діагоналі з одного кутка в інший, і вибрати своє розташування на ній. Якщо студенти вважали, що конфлікт – це добре, то вони повинні були зайняти правий куток на лінії, якщо – погано, то лівий, якщо вони вагались, то посередині, або ближче до того чи іншого краю. Майбутні соціальні педагоги мали самостійно обрати собі місце на лінії, що і визначало їх ставлення до конфлікту. У кінці вправи студенти мали змогу поміняти своє розташування на лінії. Підведення підсумків виконання цієї вправи показало, що більшість студентів зайняли лівий куток кімнати. «Конфлікт – руйнує дружні взаємини у колективі» (Оксана – репродуктивний рівень); «Відстояти свою думку неможливо, не вступивши у конфлікт» (Володимир – елементарний рівень). У результаті детальнішого обговорення, дослідження поняття «конфлікт» значна частина студентів зайняла центральне розташування на лінії, що свідчило про виникнення у них суперечності та невпевненості у своїй попередній позиції, що спонукало їх до пошуку та поглиблення знань з питань конфліктології, психології та ін.

Використання вправи-гри «Чарівний ярмарок», інсценізація притчі «Цінність часу» спонукали майбутніх соціальних педагогів до усвідомлення особистих уявлень про себе, своїх переваг та недоліків, ціннісних орієнтацій, порівняння себе з членами групи, усвідомлення своєї сутності та значущості, мотивації до розвитку та самовдосконалення. Особливість використання вправи «Чарівний ярмарок» [13, с.45] полягала у тому, що на ньому «торгують» і «обмінюються» незвичайним товаром – «людськими якостями». Для проведення гри ми запропонували студентам підготувати аркуші паперу, на яких вони повинні були великими літерами написати слово «куплю» і нижче розбірливо – якості, які кожний учасник хотів би придбати. Ці аркуші необхідно було розмістити на рівні грудей, щоб усім іншим було добре видно текст. Потім на маленьких аркушах паперу кожний учасник записує по одній якості, яку він хотів би «продати» або «обміняти» на «ринку». Коли приготування закінчуються, розпочинається гра. Студенти ходять по «ринку», приглядаються до «товару», здійснюють «купівлю-продаж» «якостей» або їх

«обмін». Непорушне правило: якості не можна просто віддавати, нічого натомість не отримавши. У процесі виконання вправи педагог постійно стимулює активність на «ярмарку». Гра припинялась тоді, коли «ярмарок» сам «розходився», або коли викладач, оголошував «Ринок зачиняється!». Спостереження за виконанням студентами своїх ролей та реалізацією завдань вправи «Чарівний ярмарок» дав можливість зрозуміти, що студенти відчують потребу у наступних якостях: терпіння, цілеспрямованість, наполегливість, багато учасників висловлювали потребу купити здоров'я. Майбутні соціальні педагоги висловлювались з цього приводу наступним чином: «Продати здоров'я легко, але де його потім купити?» (Олександр – елементарний рівень); «Здоров'я за гроші не купиш, воно мені і самому потрібне (Віталій – репродуктивний рівень)»; «Здоров'я ніколи не буває багато» (Олена – достатній рівень). Варто констатувати розуміння студентами цінності здоров'я, тому ми зазначили, що під час наступного «ярмарку» можна спробувати продати чи обмінятися знаннями про здоров'я та способами його збереження. Така пропозиція буде взаємовигідною для всіх учасників «Чарівного ярмарку».

Для усвідомлення студентами сенсу життя, формування правильних ціннісних орієнтацій ми запропонували проаналізувати та висловити свої думки, прослухавши притчу «Цінність часу»: один бізнесмен заробив велику суму грошей – 3 мільйони доларів. Він вирішив, що візьме собі рік відпустки, щоб удосталь відпочити. Але не встиг реалізувати цей задум, як його відвідав Янгол Смерті. Бізнесмен дуже злякався і вирішив відкупитися. «Продай мені три тижні життя, і я віддам тобі мільйон», – запропонував він. Але Янгол Смерті відмовив. «Гаразд, продай тільки один день, і я віддам усе, що маю». Янгол відмовив. Тоді чоловік запитав, чи може Янгол Смерті дати йому кілька хвилин, щоб написати прощального листа. Янгол погодився. Бізнесмен написав: «Правильно використовуйте час, який вам відведено для життя. Я не зміг купити навіть години за 3 мільйон доларів. Перевірте, чи все, що вас оточує, справді має цінність». Обговорюючи притчу, майбутні фахівці дійшли висновку: «Для людей зазвичай має більше значення те, що вони можуть

побачити, відчути.... Але ми не замислюємось над тим, що ми просто можемо не встигнути цим насолодитись» (Наталя – творчий рівень); «На жаль, не все можна купити за гроші» (Настя – достатній рівень); «Все встигнути не можливо, завжди доводиться чимось жертвувати» (Андрій – репродуктивний рівень). Глибокий філософський зміст цієї притчі спонукав студентів до усвідомлення потреби навчитися правильно організовувати режим праці і відпочинку, вести здоровий спосіб життя, щоб у майбутньому вони встигли отримати задоволення від досягнутих результатів як в особистому, так і в професійному житті.

Формуванню у майбутніх фахівців правильних життєвих орієнтирів духовних, соціальних складників здоров'я сприяло також обговорення порад «Із трактату Лао-Цзюнь». Згідно вчення Лао-Цзюнь: «Мудра людина безпристрасна до інших людей. Той, хто втручається у чужі справи, та ще й багато говорить, – той стає нестерпним для інших». Для Лао-цзи ідеалом громадянина була Мудра людина, яка нехтувала своїми інтересами, не звеличувала себе і завдяки тому, що могла поставити себе позаду інших, вона виявлялася попереду людей. Мудра людина завжди перебуває у стані спокою. «Для збереження спокою варто відчувати єдність з усім. Тоді не виникатимуть помилкові егоцентричні бажання. Розуміння цієї істини виникає при бездіянні, але це не означає бездіяльність» [48, с.10].

На потребнісно-критичному етапі формування культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів використовувались методики, які були ефективним доповненням дисциплін медико-біологічного циклу у частині збереження професійного здоров'я. Наприклад, вправа «Встановлення контакту», мета якої полягала у формуванні у майбутніх соціальних педагогів навичок встановлення контакту зі співрозмовником. Учасники групи, об'єднавшись у пари, розігрували різні сценки: «покупець і продавець», «адміністратор готелю і клієнт, який хоче поселитись» тощо. Для перевірки здатності студентів контролювати свої емоції у конфліктних, конфронтаційних, форсмажорних ситуаціях, ми старались штучно створювати такі умови, щоб у

процесі виконання цієї вправи спільними зусиллями формувати у майбутніх фахівців комунікативні навички, вміння контролювати та регулювати свій емоційний стан, встановлювати контакт з різними категоріями людей незалежно від їх психологічних, фізіологічних, соціальних особливостей.

Застосування вправи «Емоції у моєму тілі» сприяло усвідомленню майбутніми соціальними педагогами взаємозв'язку емоцій і почуттів, необхідності оволодіння техніками гармонізації емоційного стану, від якого значно залежить здоров'я і благополуччя. У процесі виконання вправ студенти намагались відповідати тим професійним вимогам, які ставить перед ними професія. Після виконання вправ студенти визнали, що їм це далось не легко. «Я старалась бути коректною і ввічливою, але обурення мого співрозмовника мене засмутило, у мене погіршився настрій» (Тетяна – репродуктивний рівень); «Щоб зберігати самовладання в емоційно напружених ситуаціях, необхідно затратити багато морально-вольових зусиль» (Олександр – достатній рівень). Зі слів і поведінки студентів ми можемо зрозуміти, що у них ще не сформовані механізми гармонізації свого психологічного, емоційного стану, але об'єктивна оцінка своїх слабких сторін, критичне ставлення до себе свідчить про розуміння потреби майбутніх соціальних педагогів у самовдосконаленні, мотивацію до опанування нових знань, необхідність оволодіння культурою професійного здоров'я.

У процесі виконання вправи «Я людина» майбутні фахівці навчались самостверджуватись у колективі, ідентифікувати себе як людину і фахівця у середовищі однокласників, збагачувати свій світогляд, здобувати соціальний і професійний досвід. Суть вправи полягала у тому, що одному із учасників групи потрібно було вийти у центр кола, створеного студентами, і продовжити речення, яке починається словами «Я людина...», назвавши характерну для нього особистісну рису характеру. Наприклад: «Я людина, яка піклується про інших». Той, хто може сказати про себе те саме, міняється місцем з попереднім учасником. Вправа закінчується, коли втрачається динамічність у роботі.

Мета виконання вправи «Автопортрет» полягала у детальному вивченні

студентами своїх психологічних характеристик. Ми пропонували майбутнім соціальним педагогам на аркуші паперу написати властиві їм психологічні риси, після чого ми зібрали аркуші з результатами їх роботи, перемішали, після чого зачитували перелік написаних психологічних характеристик кожного студента, а члени групи повинні були відгадати, хто є автором написаного, кому із членів групи властиві такі психологічні якості. Після виконання вправи ми ставили перед майбутніми соціальними педагогами завдання обґрунтувати, які із названих психологічних характеристик є найважливішими для оволодіння культурою професійного здоров'я.

У процесі виконання вправи-малюнку «Стрес» студенти зображали своє уявлення про стрес за допомогою кольорових фарб та олівців. Аналіз продуктів їх діяльності свідчив про те, що стрес у їх уявленні це щось негативне, те, що несе загрозу. У процесі проведення бесід «Обличчя стресу», «9 кроків до подолання стресу» ми намагались переконати майбутніх фахівців у тому, що стрес сам по собі не несе загрози здоров'ю і благополуччю фахівця, бо кожна людина реагує на стрес по-своєму, знання методик протидії негативним стрес-чинникам, оволодіння навичками зняття психологічного напруження забезпечують можливість збереження професійного здоров'я і довголіття. Підводячи підсумки занять, студенти висловлювали розуміння необхідності оволодіння антистресовими методиками. Про це свідчить характер їх запитань, висловлювання щодо означеної проблеми: «Чи будемо ми вивчати детальніше способи збереження професійного здоров'я?» (Олег – репродуктивний рівень); «А в чому полягає позитивна роль стресу?» (Марія – достатній рівень); «Я думаю, що в роботі соціального педагога не можливо уникнути стресових ситуацій, але необхідно навчитися обмежувати їх вплив на себе» (Таня – творчий рівень).

Використання вправ «Психологічна самооборона», колажу «Моє професійне майбутнє», проведення соціально-психологічного тренінгу сприяло формуванню у майбутніх фахівців здатності долати психологічні бар'єри у взаємодії та спілкуванні з проблемними категоріями населення, обмежувати

негативний вплив на себе з боку об'єктів соціально-педагогічного впливу. У процесі виконання вправ та завдань, спрямованих на формування навичок протидії емоційному вигоранню у процесі міжособистісної взаємодії, реалістичних уявлень студентів про обрану професію та необхідність збереження професійного здоров'я для успішної адаптації та самореалізації у соціально-педагогічній роботі, майбутні соціальні педагоги проявляли активність, цілеспрямованість в оволодінні навичками психологічного захисту від негативного впливу стрес-чинників на особистісну сферу організму. Емоційно забарвлена атмосфера у групі свідчила про усвідомлення студентами необхідності оволодіння новими знаннями для професійного успіху. Емоційна виснаженість студентів після виконання завдань потребнісно-критичного етапу формування культури професійного здоров'я довела необхідність поглиблення психолого-педагогічних, валеологічних знань, оволодіння на їх основі відповідними вміннями та навичками, які є фундаментом, основою культури професійного здоров'я. Характер запитань та висновків майбутніх фахівців: «Як можна підвищити свій рівень володіння культурою професійного здоров'я» (Олена – репродуктивний рівень); «Я зрозумів, що в мене недостатньо знань про способи збереження професійного здоров'я» (Олег – базовий рівень) є показниками усвідомленої потреби у збереженні і зміцненні здоров'я, оволодінні спеціальними знаннями і їх поглибленням та реалізації у професійній діяльності, необхідності створення особистої філософії здоров'я, планування своєї життєдіяльності у відповідності з принципами культури здоров'я для самовдосконалення, самоствердження, реалізації життєвих і фахових цілей; усвідомлення значущості здоров'язбережувальної професійної діяльності.

У результаті проведеної на потребнісно-критичному етапі роботи з формування культури професійного здоров'я у студентів актуалізувалось внутрішня суперечність між усвідомленою потребою збереження і зміцнення професійного здоров'я та відсутністю для цього необхідних знань, що слугувало умовою переходу на інший етап.

Інформаційно-пізнавальний етап був спрямований на формування змістовно-операційного та емоційно-вольового компонентів культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів.

Мета інформаційно-пізнавального етапу формування культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів полягла в опануванні студентами валеологічними знаннями, ефективних засобів та технологій збереження професійного здоров'я; формуванні у майбутніх фахівців ціннісних установок та спрямованості на оволодіння культурою професійного здоров'я.

Досягнення зазначеної мети реалізовувалося через виконання наступних завдань:

- оволодіння майбутніми соціальними педагогами основами професійних, методологічних, теоретичних, методичних, технологічних та індивідуальних знань формування, збереження професійного здоров'я;
- ознайомлення студентів з основними принципами, засобами і технологіями збереження професійного здоров'я;
- формування у майбутніх соціальних педагогів ціннісного ставлення до власного здоров'я; усвідомлення ними причинно-наслідкового зв'язку між професійним здоров'ям, успіхом і професійним довголіттям фахівця.

Вивчення студентами дисциплін психолого-педагогічного та медико-біологічного циклів, передбачених програмою підготовки соціальних педагогів у закладах вищої освіти, забезпечує формування їх валеологічної та психолого-педагогічної компетентностей. Проте, детальний аналіз програм дисциплін, що входять у навчальні плани підготовки соціальних педагогів на предмет наявності у них достатнього обсягу знань, необхідних студентам для оволодіння культурою професійного здоров'я, та проведена вихідна діагностика, свідчать про необхідність вивчення майбутніми фахівцями спеціальних знань, які б забезпечили їм успіх у формуванні, збереженні професійного здоров'я.

Задля вирішення окреслених завдань нами було розроблено спецкурс «Професійне здоров'я соціального педагога», програма якого містить теми, під

час вивчення яких студенти мали змогу більш ґрунтовно, всебічно ознайомитись з усіма аспектами поняття «професійне здоров'я», умовами та способами його формування, збереження у навчально-професійній діяльності.

У процесі вивчення теми «Теоретичні аспекти культури професійного здоров'я соціальних педагогів» студентам пропонувався для вивчення навчальний матеріал, який є понятійно-категоріальною основою складного, інтегрального утворення «культура професійного здоров'я соціального педагога». Вивчення змісту, структури, функцій та усвідомлення сутності цього явища дало змогу формувати перше уявлення студентів про культуру професійного здоров'я, закласти у майбутніх фахівців наукові основи опанування цією якістю. На початку заняття ми пропонували студентам дати своє визначення понять «професійне здоров'я», «культура професійного здоров'я». Їх думки з цього приводу можна було умовно розділити на три групи, перша – в основу змісту культури професійного здоров'я заклала сутність поняття «здоров'я», друга – «культуру», третя – «професію» соціального педагога, що дало можливість нам на основі глибшого аналізу та узагальнення інформації про досліджувані дефініції сформулювати у студентів найбільш точне уявлення про культуру професійного здоров'я, переконати майбутніх соціальних педагогів у її складності та необхідності поглиблення знань для оволодіння цією професійно-значущою властивістю.

Вивчення навчального матеріалу, передбаченого темами «Проблема збереження професійного здоров'я у соціально-педагогічній роботі» та «Чинники професійного здоров'я соціальних педагогів», спонукало студентів до усвідомлення стресогенності майбутньої професії, ризиків для їх здоров'я. У результаті засвоєння нових знань майбутні соціальні педагоги висловлювали думки з цього приводу: «Раніше я думав, що тільки лікарські засоби можуть вилікувати людину» (Олександр – репродуктивний рівень); «Краще займатись над профілактикою, ніж лікуванням» (Оксана – достатній рівень); «Тепер я розумію, що наше здоров'я найбільше залежить від нас самих, бо ми несемо найбільшу відповідальність за його стан» (Галина – творчий рівень).

Вивчення тем «Стрес у професійній діяльності соціального педагога» та «Проблема професійного вигорання у соціально-педагогічній роботі» забезпечило детальніше ознайомлення із сутністю, особливостями, причинами виникнення та наслідками дії стресу на організм фахівця. Основним завданням під час вивчення цих тем було сформуванню у студентів переконання у своїх можливостях, міцності і надійності знань. На початку експерименту та частина студентів, які висловлювали своє небажання у майбутньому працювати за обраним фахом, аргументуючи це тим, що професія соціального педагога дуже складна і психологічно виснажлива, частково змінили свою позицію, що свідчить про їх внутрішнє переконання в існуванні ефективних шляхів і способів збереження власного здоров'я навіть у їх складній професії.

Для підвищення якості засвоєння знань з проблем емоційного «вигорання» соціальних педагогів, формування культури їх професійного здоров'я ми використовували інформаційне повідомлення «Синдром емоційного вигорання», вправу «Поділись з колегою», під час виконання якої студенти ділилися на дві групи. Після цього викладач на аркушах паперу формату А4 роздавав їм текст, який стосувався проблеми збереження професійного здоров'я, способів протидії емоційному «вигоранню» тощо. Згодом студенти ділились один з одним здобутими знаннями, дискутували, обмінювались враженнями від почутого.

Вивчення тем «Гармонізація психологічного стану соціальних педагогів» і «Технології формування культури професійного здоров'я соціальних педагогів» забезпечило можливість майбутнім соціальним педагогам засвоїти знання щодо способів гармонізації психологічного стану, зняття емоційного напруження, забезпечення душевного, морального комфорту, високого фізичного тону. Окрім тих методик і технологій, які передбачені програмою курсу (змістового модуля) «Професійне здоров'я соціального педагога», для вирішення вищезазначених завдань нами також використовувались додаткові методики. Ми використовували елементи тренінгу формування асертивної поведінки (В.Пахальян). Студенти виконували вправи: «Відрізати, відкинути», «Лейбл або Ярлик», «Перебільшення», у результаті чого опановували навички

боротьби з негативними думками, перетворення негативних емоцій у позитивні, вчилися знижувати рівень тривожності, оптимістично ставитись до складних професійних та особистісних ситуацій, формували навички гнучкої і впевненої поведінки тощо.

Виконання вправи-захисту проекту «Правила душевної рівноваги» сприяло розвитку групової згуртованості студентів, спонукало їх до знаходження душевного спокою та рівноваги. У процесі виконання вправи майбутні фахівці ділились на три групи, кожній з яких викладач пропонував підготувати та презентувати проект на тему: «Як відновити і зберегти душевну рівновагу у стресовій ситуації?» на основі визначених В. Семиченко трьох груп гармонізації психологічного стану людини –(фізіологічний рівень регуляції психофізичного стану (вплив на фізичне тіло); емоційно-вольова регуляція психофізичного стану(вплив на емоційний стан); ціннісно-смысловий рівень регуляції психофізичного стану (вплив на думки, зміна світогляду).

Аналіз продуктів діяльності майбутніх фахівців свідчить, що найбільш ґрунтовними і змістовними були проекти, які стосувались фізіологічного рівня регуляції психологічного стану. Проекти на тему: «Емоційно-вольова регуляція психофізичного стану(вплив на емоційний стан)» відзначались достатнім рівнем володіння спеціальних знань шляхів і засобів гармонізації емоційного стану в складних умовах праці, проте рівень володіння ними, вміння практично застосовувати у навчально-професійній діяльності вимагав удосконалення. Найбільш складними для виконання виявились для студентів проекти, які стосувались ціннісно-смысового рівня регуляції психологічного стану. Під час їх захисту студенти переконували у своєму прийнятті професійного здоров'я як життєвої та професійної цінності, наводили яскраві приклади, аргументували свої доводи, проте на запитання: «Чи готові Ви до здійснення валеологічної діяльності?», давали відповіді такого характеру: «Я розумію необхідність ведення здорового способу життя, але я невпевнений, чи вистачить мені сили волі для цього» (Ярослав – достатній рівень); «Я готовий до здійснення валеологічної діяльності, але мені обов'язково потрібен контроль з боку старших колег чи наставників» (Олександр – репродуктивний рівень);

«Здоров'я важливе у житті, але я не впевнена, чи мені вистачить часу на це...» (Людмила – базовий рівень). Незважаючи на розуміння студентами важливості здоров'я в особистісному і професійному житті, у майбутніх фахівців не достатньо сформована рефлексія культури професійного здоров'я, самосвідомість, здатність до самоконтролю та самоорганізації.

Для підвищення рівня готовності майбутніх соціальних педагогів до самостійного прийняття рішень, здатності творчо підходити до виконання завдань, адаптуватися у складних умовах праці ми використовували вправу «Соціальний педагог у недружньому середовищі» (Є. Журавльова). Ми пропонували студентам створити свій варіант роботи «соціальний педагог у недружньому середовищі» (відсутність відповідних умов для роботи, складні стосунки у колективі, необ'єктивна оцінка з боку керівництва, робота з дітьми делінквентної поведінки без спеціальних заходів безпеки тощо). Виконання цієї вправи не передбачало пошук майбутніми фахівцями конкретних, ефективних шляхів вирішення професійних труднощів. Її завдання полягало у формуванні раціонального погляду студентів на майбутню професійну діяльність, впевненості у своїх силах та оптимізму.

Таким чином, на інформаційно-ціннісному етапі робота зосереджувалася на ознайомленні майбутніх фахівців з основними принципами, засобами, формами здоров'язбережувальної діяльності, оздоровчими технологіями; формуванні відповідального та ціннісного ставлення студентів до здоров'я та спрямованості на його зміцнення. Майбутні соціальні педагоги усвідомлювали залежність професійного успіху, професійного довголіття від рівня та якості сформованості здоров'язбережувальних мотивів поведінки та діяльності, ступеня володіння валеологічними та психолого-педагогічними знаннями, морально-вольовими та професійними якостями, здоров'язбережувальними вміннями та навичками. Це дало можливість сформуванню у студентів думку про те, що між культурою здоров'я (валеологічною культурою) та соціально-педагогічною культурою існує нерозривний зв'язок, який за відповідних умов сприяє процесу та забезпечує результат оволодіння культурою професійного здоров'я.

У результаті проведеної роботи на інформаційно-ціннісному етапі формування культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів у студентів актуалізувалось внутрішня суперечність між наявними валеологічними, психолого-педагогічними знаннями та невмінням (нездатністю) використовувати їх на практиці, процес розв'язання якого ми представимо на наступному етапі нашої роботи.

Креативно-практичний етап формування культури професійного здоров'я передбачав формування рефлексивно-оцінного та частково змістово-операційного компонентів культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів.

Мета креативно-практичного етапу полягала у формуванні у студентів необхідних їм проєктивних, прогностичних, аналітичних, методичних, організаційних умінь і навичок збереження професійного здоров'я, доведення їх до автоматизму, майстерності; усвідомленого, відповідального ставлення до власного здоров'я.

Досягнення поставленої мети передбачало розв'язання наступних завдань:

- досягнення творчого рівня володіння студентами засвоєними здоров'язбережувальними знаннями, практичними вміннями і навичками;
- формування відповідального ставлення до проблеми формування та збереження професійного здоров'я;
- формування здатності майбутніх соціальних педагогів до самоорганізації та системності у здоров'язбережувальній навчально-професійній діяльності, особистому житті;
- допомагає студентам у рефлексивному сприйнятті всіх аспектів своєї особистості, спрямованість на досягнення найвищого рівня володіння культурою професійного здоров'я.

Для розв'язання окреслених завдань, формування рефлексійного сприйняття соціально-педагогічної діяльності майбутні соціальні педагоги виконували творчі роботи («Культура здоров'я соціального педагога»,

«Чинники погіршення здоров'я соціального педагога», «Місце культури здоров'я у системі ціннісних орієнтацій соціального педагога» та ін.), що вимагали від них використання творчого підходу, прояву вольових зусиль. У процесі роботи студенти отримували можливість глибше проникнути у сутність і зміст соціально-педагогічної діяльності, відчуті і зрозуміти всі тонкощі та особливості професії соціального педагога.

На цьому етапі майбутні фахівці виконували також індивідуальні навчально-дослідницькі завдання (на основі аналізу валеологічної та психолого-педагогічної літератури виокремити різні підходи вчених до інтерпретації поняття «культура здоров'я»; визначити комплекс професійно-особистісних характеристик соціального педагога, які б допомогли йому зберегти професійне здоров'я у соціально-педагогічній діяльності; розробити індивідуальну програму збереження здоров'я у навчально-професійній діяльності та ін.), що сприяло формуванню у студентів наукового сприйняття проблеми професійного здоров'я, усвідомленню необхідності самовиховання, самоосвіти та самооздоровлення для досягнення найвищого рівня особистісного і професійного благополуччя. Виконання індивідуальних навчально-дослідницьких завдань спонукало майбутніх соціальних педагогів до самостійності, послідовності, організованості.

На креативно-практичному етапі формування культури професійного здоров'я ми спрямовували зусилля на формування у майбутніх соціальних педагогів здоров'язбережувальних умінь і навичок, доведення їх до автоматизму. Характерною особливістю цього етапу було також переконання студентів у необхідності здобуття практичного досвіду здоров'ятворчої навчально-професійної діяльності, активності у пошуку найефективніших шляхів збереження професійного здоров'я, рефлексійного сприйняття культури професійного здоров'я.

Вирішенню цих завдань сприяло проходження студентами соціально-педагогічної практики, у процесі якої майбутні фахівці ознайомились зі специфікою соціально-педагогічної роботи, отримували можливість відчуті себе суб'єктом соціально-педагогічного впливу, практично перевірити та

застосувати здобуті на попередніх етапах підготовки психолого-педагогічні та валеологічні знання. Складність та багатогранність соціально-педагогічної діяльності, високий рівень відповідальності за результат виконання поставлених завдань спонукали студентів до глибшого усвідомлення необхідності практичного досвіду валеологічної та соціально-педагогічної діяльності для досягнення найвищого рівня професійної майстерності, оволодіння культурою професійного здоров'я як однією із найважливіших умов досягнення особистісного та професійного успіху.

Креативно-практичний етап формування культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів вимагав більшої затрати часу на відміну від потребнісно-критичного та інформаційно-ціннісного етапів, що зумовлено характером та складністю його завдань.

Під час проходження соціально-педагогічної практики поряд із завданнями, які передбачені програмою практики, студенти отримали можливість практично перевірити засвоєні валеологічні методи і форми збереження професійного здоров'я у процесі взаємодії з різними проблемними категоріями населення, виробити індивідуальну стратегію збереження професійного здоров'я. Студенти отримали можливість діагностувати найбільш вразливі сторони своєї особистості, практично перевірити на собі дію різного роду стрес-чинників та виробити індивідуальні механізми саморегуляції, гармонізації психологічного стану в умовах навчально-професійної діяльності.

Практична підготовка сприяла формуванню у майбутніх соціальних педагогів проєктивних, організаційних навичок. Процес входження студентів у майбутню професійну діяльність сприяв глибшому усвідомленню філософії соціально-педагогічної діяльності, її суспільної значущості. У процесі проходження соціально-педагогічної практики студенти розвивали, виховували у собі гуманістичні, альтруїстичні якості, необхідні для досягнення професійного благополуччя та оволодіння культурою професійного здоров'я.

На креативно-практичному етапі формування культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів для підвищення якості їх практичної підготовки, рефлексійного сприйняття ними професійного здоров'я ми

пропонували виконати проєктивний малюнок «Я-студент, Я-соціальний педагог», спрямований на розвиток самосвідомості, формування правильних уявлень про образ соціального педагога як людину і фахівця. Виконання цієї вправи забезпечило можливість майбутнім соціальним педагогам самоідентифікуватись в обраній професії, побачити наявний рівень сформованості необхідних професійних якостей і властивостей для відповідності вимогам професії соціального педагога.

Аналіз виконаних студентами малюнків засвідчив, що вони надають важливого значення зовнішньому вигляду соціального педагога, його презентабельності, про що свідчить розмаїття зображених аксесуарів та яскравих предметів одягу. Це можна пояснити недостатнім переконанням пріоритетності внутрішнього, психологічного та емоційного стану соціального педагога порівняно із зовнішнім виглядом. Частина малюнків відзначалась підвищеною тривожністю зображеного образу «Я-соціальний педагог», що свідчить про відсутність впевненості майбутніх соціальних педагогів у власних можливостях, зокрема про їх психологічну, емоційну неготовність до виконання соціально-педагогічних функцій. Потрібно зазначити, що деякі студенти підійшли до виконання цього завдання із почуттям гумору та іронії, що пояснювалось відсутністю у них відповідального ставлення до майбутньої професії, усвідомлення її суспільної значущості.

Підведення підсумків виконання вправи «Я-студент – Я-соціальний педагог» дало змогу побачити, що студенти не до кінця усвідомлюють своє професійне призначення, не всі уявляють себе у ролі соціального педагога, проте значна частина майбутніх фахівців доводила свою готовність, стійку мотивацію до вирішення складних соціально-педагогічних завдань. Під час групової взаємодії, дискусії вдалось переконати студентів у важливості оволодінні професійними якостями і властивостями, допомогти їм провести паралелі між своїм особистісним і професійним «Я», сформувати впевненість у своїх можливостях. Адже наявність задатків не визначає професіоналізм, для

досягнення успіху необхідно багато працювати та постійно самовдосконалюватись.

Для формування у майбутніх соціальних педагогів навичок самоконтролю та саморегуляції у процесі взаємодії з проблемними категоріями населення, підвищення рівня психологічної стійкості ми використовували вправу «Адреналіновий барометр». Студентам пропонувалось уявити свій внутрішній стан у вигляді метафори – шкали із 10-ти градацій. Де 1 бал – це найбільш розслаблений, спокійний стан, а 10- стан максимального емоційного збудження. Майбутнім фахівці мали зобразити кожен із означених градацій (від 1 до 10). Виконання цієї вправи дало змогу студентам вивчити темпераментальні особливості прояву емоцій людини. Так, наприклад емоційний стан холерика, який дорівнює 3б., буде значно відрізнятися від емоційного стану флегматика, оціненого за шкалою – 3б. Виконання цієї вправи забезпечило можливість студентам оволодіти здатністю розпізнавати варіативність основних проявів емоцій у людей та здобували навички управління власним емоційним станом у ситуаціях підвищеного емоційного напруження. Під час роботи ми намагалися переконати студентів у необхідності оволодіти цими навичками до автоматизму для підвищення рівня їх самосвідомості, саморегуляції. У процесі виконання цієї вправи майбутні фахівці формулювали цікаві думки: «Сутність і природа емоцій є складнішою, ніж я думав» – Сергій (достатній рівень); «Раніше я вважала, що люди із флегматичним, меланхолічним типами темпераменту легше переживають різного роду стрес-чинники, проте тепер я розумію, що у них також достатньою мірою присутнє душевне хвилювання та емоційне напруження, відмінною є тільки форма їх прояву» – Таня (творчий рівень). Такі думки переконують нас у тому, що майбутні фахівці перебувають на шляху до усвідомлення необхідності оволодіння навичками самоконтролю та саморегуляції, оволодінні здатністю управляти та корегувати свій емоційний стан у процесі виконання соціально-педагогічних завдань, що є важливою умовою досягнення найвищого рівня культури професійного здоров'я.

Мета використання рольової гри «Дискусія» полягала у формуванні у майбутніх соціальних педагогів емпатії, здатності зрозуміти проблеми клієнта. Виконання цієї вправи сприяло усвідомленню та прийняттю студентами своїх слабких ланок у системі володіння культурою професійного здоров'я, здатності виконувати професійні обов'язки. У процесі виконання рольової гри «Дискусія» студенти ділились по три учасники у кожній групі. Перший учасник виконував роль «глухонімої» людини, яка нічого не чує, не може говорити і використовує тільки невербальні способи комунікації, здатна бачити реакцію своїх партнерів. Другий учасник перебував у ролі «глухого і паралізованого», він міг говорити, бачити, спостерігати реакцію своїх партнерів, але був обмежений у здатності чути, використовувати невербальні засоби комунікації та пантоміміку. Третій – «сліпий і німий», здатен тільки слухати і використовувати жестикуляцію. Учасникам вправи давалось кілька хвилин на прийняття та адаптацію своїх ролей, після чого перед об'єднаними у групи по троє студентам ставилось завдання домовитись про зустріч у Києві. Після виконання вправи майбутні соціальні педагоги ділилися враженнями і розповідали про труднощі, які виникали у них під час виконання завдань. Домашнім завданням для студентів було ідентифікувати себе з людиною з особливими потребами, проаналізувати ті труднощі, з якими вона зустрічається у повсякденному житті, постаратися визначити шляхи їх вирішення.

Опануванню майбутніми соціальними педагогами соціально-педагогічними та валеологічними практичними вміннями і навичками сприяло також вивчення розробленого курсу (змістового модуля) «Професійне здоров'я соціального педагога». Вивчення студентами теми «Стрес у професійній діяльності соціального педагога» забезпечило їм можливість зрозуміти сутність та наслідки дії стресу на організм людини, освоїти шляхи протидії негативним стрес-чинникам. Опанування теми «Проблема професійного вигорання у соціально-педагогічній роботі» сприяло усвідомленню майбутніми соціальними педагогами серйозності тих загроз, які існують у соціально-педагогічній діяльності та можливих критичних наслідків для їх здоров'я, за умови

байдужого ставлення до нього. Під час занять майбутні фахівці демонстрували активність і спрямованість у засвоєнні навчального матеріалу, проявляли інтерес до нової інформації, що свідчило про бажання студентів глибше вникнути у сутність проблеми формування культури професійного здоров'я, бажання підвищити власний особистісний та професійний рівень.

Змістове наповнення семінару-тренінгу «Конструктивне подолання професійних труднощів соціально-педагогічної діяльності» («Способи гармонізації морально-вольового стану соціального педагога у процесі розв'язання міжособистісних конфліктів», «Технології подолання комунікативних бар'єрів у роботі з педагогічно занедбаними дітьми», «Види професійних труднощів», «Способи збереження психологічної стійкості соціального педагога у процесі роботи з дітьми девіантної, адиктивної поведінки», «Конструктивні стратегії подолання стресових ситуацій») спрямовувалось на засвоєння студентами методики роботи з різними проблемними категоріями населення, людьми з особливими потребами; вивчення шляхів подолання різного роду кризових явищ у соціумі без нанесення шкоди власному професійному здоров'ю. Під час семінару майбутні соціальні педагоги засвоювали необхідні їм практичні соціально-педагогічні та валеологічні вміння і навички, вивчали ефективні техніки та інструментарій вирішення складних професійних завдань, які б дали їм можливість обмежити дію на свій організм негативних стрес-чинників у процесі соціально-педагогічної роботи та зберегти високу продуктивність та ефективність праці..

Практична частина спецсемінару забезпечила можливість студентам перевірити свій об'єктивний рівень володіння психолого-педагогічними, валеологічними знаннями, вміннями і навичками у процесі виконання наступних навчальних завдань:

– моделювання соціально-педагогічних ситуацій для вироблення алгоритму професійних дій для успішного подолання професійних труднощів у майбутній професійній діяльності;

– діагностика здатності протидіяти стрес-чинникам за допомогою анкети «Чи вмієте Ви боротися з стресом?»;

– запропонуйте комплекс профілактичних заходів щодо превенції виникнення емоційного вигорання у працівників соціальної сфери; розробіть власну програму протидії емоційному вигоранню у навчально-професійній діяльності, відповідно до своїх індивідуальних фізіологічних та психологічних особливостей.

Студенти готовили реферативні повідомлення, есе («Роль саногенного мислення та асертивної поведінки соціального педагога у патронажній роботі»; «Шляхи уникнення професійних деформацій соціального педагога у роботі з неблагополучними сім'ями»; «Конструктивні способи подолання кризових явищ у соціальному середовищі»; «Позитивні і негативні наслідки взаємодії соціального педагога з об'єктами його професійного впливу»; «Психологічні прийоми гармонізації емоційного стану соціального педагога у складних умовах праці» та ін. Семінар-тренінг передбачав використання методик і вправ тренінгу асертивної поведінки.-

Важливу роль на креативно-практичному рівні формування культури професійного здоров'я відіграє волонтерська діяльність майбутніх соціальних педагогів, що сприяє формування у них суспільно корисних мотивів поведінки, моральних і духовних якостей, гуманістичної спрямованості. У процесі підготовки студенти вивчали сфери волонтерської діяльності, основні напрями роботи волонтерів, різні підходи до реалізації волонтерської діяльності. Засвоєні теоретичні знання та отримані педагогічні настанови викладачів майбутні фахівці реалізовували через самостійний вибір закладу волонтерської діяльності (школи-інтернати, благодійні фонди, відділ у справах дітей, сім'ї та молоді, спортивні комплекси, відділ соціального захисту населення, реабілітаційні заклади, психоневрологічні диспансери та ін.).

Участь майбутніх соціальних педагогів у волонтерській діяльності сприяла розвитку їх світоглядної, професійної позиції, збагаченню досвіду здоров'язбережувальної соціально-педагогічної діяльності, підвищенню

культурного рівня студентів, вихованню у них національної свідомості, громадської активності. Про це свідчать високі оцінки волонтерської діяльності студентів та їх характеристики з боку наставників і фахівців окремих установ, активна участь майбутніх фахівців у різного роду спортивних, оздоровчих, пропобандиських, профілактичних, реабілітаційних заходах та задоволення від роботи.

Використання на креативно-практичному етапі формування культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів семінару-тренінгу «Профілактика та подолання синдрому «професійного вигорання» забезпечило можливість студентам всебічно дослідити явище «професійного вигорання», його причини та наслідки, оволодіти способами профілактики та подолання негативних (емоцій, відчуттів, станів), оволодіти антистресовими техніками тощо. Семінар-тренінг також містив у собі спеціальні методики для формування у студентів комплексу практичних умінь і навичок гармонізації усіх сфер своєї особистості, оволодіння культурою професійного здоров'я. Розроблена програма семінару-тренінгу спрямовувалась на актуалізацію внутрішньої потреби студентів формувати, зберігати та зміцнювати професійне здоров'я. Під час роботи студенти мали змогу отримати практичні рекомендації психологів, перейняти їхній досвід та компетентність у питаннях протидії професійному вигоранню та шляхів збереження професійного здоров'я у соціально-педагогічній діяльності.

Необхідно зазначити, що на креативно-практичному етапі формування культури професійного здоров'я майбутні соціальні педагоги експериментальної групи проявляли високий рівень зацікавленості, мотивації, відповідальності порівняно із контрольною, що дало можливість гіпотетично припустити про ефективність запропонованої програми формування культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів.

Для отримання більш об'єктивних даних була проведена контрольна діагностика, під час якої ми використовували діагностичні методики, описані на початку параграфа.

Опрацювання результатів контрольної діагностики засвідчили зміни, які відбулися після завершення формувального експерименту за спеціально розробленою програмою. Так, 8,7 % студентів експериментальної групи були віднесені нами до елементарного рівня сформованості культури професійного здоров'я; 25,3 % – до репродуктивного; 44,2 % – достатнього і 21,6 % – творчого рівня. Порівняльний аналіз отриманих діагностичних даних студентів експериментальних і контрольних груп представлений у таблиці 2.2.

Таблиця 2.2

Рівні сформованості культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів на завершальному етапі експерименту (у %)

Рівні \ Групи	Елементарний	Репродуктивний	Достатній	Творчий
Експериментальна	8,8	25,4	44,2	21,6
Контрольна	38,1	35,0	18,9	8,0

Для кращого сприйняття табличних даних зобразимо отримані результати діагностики у вигляді діаграми.

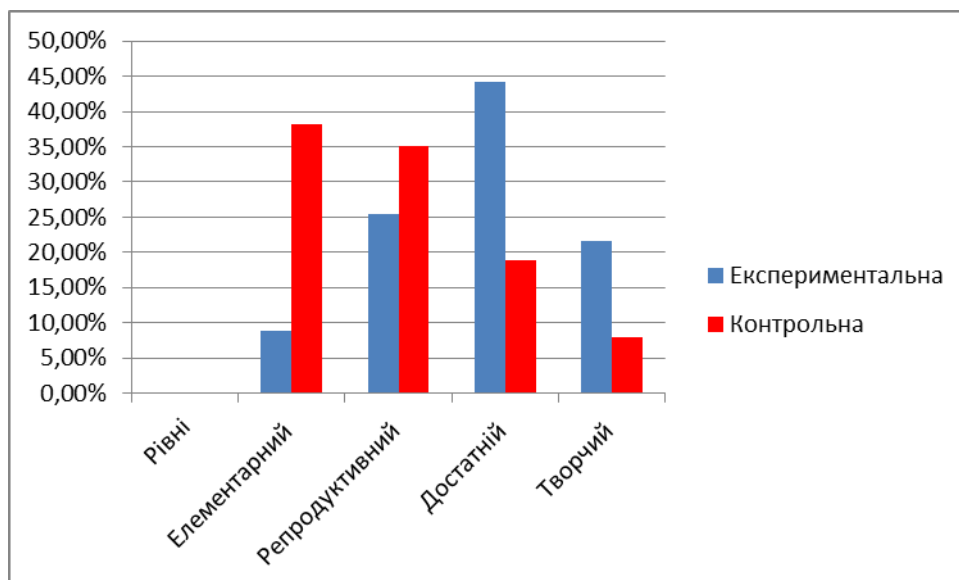


Рис. 2.3. Розподіл студентів за рівнями сформованості культури професійного здоров'я на завершальному етапі експерименту

Порівняємо дані експериментальних і контрольних груп, отримані до і після формувального експерименту (табл. 2.3).

Таблиця 2.3

Порівняльна оцінка рівнів сформованості культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів до і після формувального експерименту (у %)

Рівні \ Групи	Елементарний		Репродуктивний		Достатній		Творчий	
	до	після	до	після	до	після	до	після
Експериментальна	45,4	8,8	31,9	25,4	13,5	44,2	9,2	21,6
Контрольна	43,2	38,1	32,2	35	17,3	18,9	7,3	8,0

Відобразимо зміни, що відбулися в експериментальній групі після формувального експерименту у вигляді діаграми (рис.2.4.).

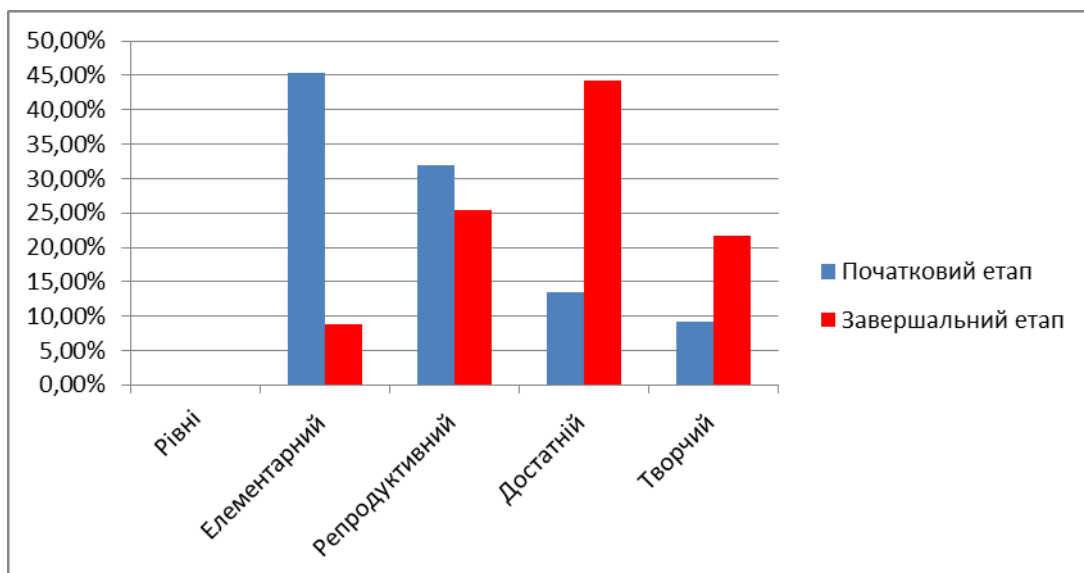


Рис. 2.4. Розподіл студентів експериментальної групи за рівнем сформованості культури професійного здоров'я до і після формувального експерименту

Як видно із діаграми, у студентів експериментальних груп, які навчалися за розробленою програмою, значні зміни відбулися у показниках достатнього та творчого рівнів володіння культурою професійного здоров'я, порівняно зі студентами контрольних груп. Якщо на початковій стадії експерименту 13,5% студентів експериментальних груп були віднесені до достатнього рівня

володіння культурою професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів, то по завершенні експерименту – 44,2%. На 12,4% збільшилась також кількість студентів творчого рівня володіння культурою професійного здоров'я, відповідно на 36,6% зменшилась кількість майбутніх фахівців елементарного рівня сформованості культури професійного здоров'я та на 6,5% репродуктивного, що дає змогу стверджувати про ефективність проведеної експериментальної роботи.

Проте, згідно вимог і методики проведення педагогічного експерименту для математичного підтвердження ефективності розробленої експериментальної програми з формування культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів потрібно перевірити нульову (H_0) та дослідницьку (H_1) гіпотези.

У результаті проведення дослідження показники сформованості культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів згідно нульової гіпотези КГ повинні бути нижчими за показники ЕГ або дорівнювати. Згідно дослідницької гіпотези (H_1), показники сформованості культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів ЕГ повинні бути вищими за показники (КГ).

Для перевірки (H_0) та (H_1) гіпотез ми використовували методику визначення збігів і розбіжностей експериментальних даних, що вимірюються у порядковій шкалі, для якої використовували *критерій однорідності* χ^2 («Хі – квадрат»). Емпіричне значення $\chi^2_{\text{емп}}$ обчислюється за наступною формулою:

$$\chi^2_{\text{емп}} = N \cdot M \cdot \sum_{i=1}^L \frac{\left(\frac{n_i}{N} - \frac{m_i}{M}\right)^2}{\frac{n_i + m_i}{N + M}}$$

N – параметри експериментальної групи;

M – параметри контрольної групи;

n – середня кількість членів експериментальної групи, розподілених за рівнями володіння культурою професійного здоров'я;

m – середня кількість членів контрольної групи, розподілених за рівнями володіння культурою професійного здоров'я [148, с.52].

Оскільки у нашому дослідженні виокремлено чотири рівні володіння культурою професійного здоров'я (елементарний, репродуктивний, достатній і творчий), то $L-1=3$, що згідно таблиці 2.4: $X^2_{0,005} = 7,82$

Таблиця 2.4

Критичне значення $X^2_{\text{емп}}$ критерію X^2 для рівня значущості $\alpha=0,05$

L-1	1	2	3	4	5	6	7	8	9
$X^2_{0,05}$	3,84	5,99	7,82	9,49	11,07	12,59	14,07	15,52	16,92

Алгоритм визначення достовірності збігів і відмінностей експериментальних даних, вимірюваних у порядковій шкалі, ми вираховували за допомогою виявлення для порівнюваних вибірок $X^2_{\text{емп}}$ – емпіричного значення критерію X^2 на основі вище зображеної формули. Наступним кроком було порівняння одержаного результату з критичним значенням $X^2_{0,05}$, взятим із таблиці 2.4. Якщо $X^2_{\text{емп}} \leq X^2_{0,05}$ то це означає, що характеристики порівнюваних вибірок співпадають з рівнем значущості $X^2_{0,05}$; а якщо $X^2_{\text{емп}} > X^2_{0,05}$ – вірогідність різниці характеристик порівнювальних вибірок дорівнює 95%.

Під час визначення $X^2_{\text{емп}}$ для контрольних та експериментальних груп на початковій стадії експерименту ми одержали наступний результат $X^2_{\text{емп}} = 0,24$. Емпіричне значення $0,24 < X^2_{0,05}$, що свідчить про співпадіння характеристик порівнюваних вибірок. Визначення $X^2_{\text{емп}}$ для контрольних та експериментальних груп на завершальній стадії експерименту засвідчило наступне $X^2_{\text{емп}} = 21,92$. Емпіричне значення $21,92 > X^2_{0,05}$, яке згідно таблиці 2.4 становить 7,82 що свідчить про вірогідність різниці характеристик порівнюваних вибірок контрольних та експериментальних груп після завершення формувального експерименту, який передбачав формування культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів, становить 95%. Детальніше математичні розрахунки висвітлені у Додатку 3.

Отже, у результаті проведеного експерименту ми підтвердили висунуте нами гіпотетичне припущення і довели ефективність запропонованої системи формування культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів.

Реалізація розробленої експериментальної програма із формування культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів забезпечила можливість одержати якісні та кількісні ознаки ефективності та результативності запропонованої системи формування культури здоров'я професійного майбутніх соціальних педагогів у період навчання у закладі вищої освіти.

Висновки до другого розділу

Другий розділ дослідження присвячений моделюванню системи формування культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів.

Для виявлення рівнів сформованості культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів використано комплекс діагностичних методик: інтерв'ю, бесіди, анкетування, тестування, питальники, аналіз продуктів діяльності тощо, які були адаптовані до умов дослідження. Сформований діагностичний комплекс дав можливість виявити показники кожного окремого компонента досліджуваного явища та діагностувати рівень сформованості культури професійного здоров'я загалом.

У результаті роботи нами обґрунтовано модель системи формування культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів, яка відображає взаємозв'язок і взаємодію її структурних компонентів: мета і завдання підготовки; загальнонаукові і специфічні принципи підготовки, структурні компоненти культури професійного здоров'я (мотиваційно-ціннісний, емоційно-вольовий, змістово-операційний, рефлексійно-оцінний); зміст підготовки, основу якого складає програма формування культури професійного здоров'я (теоретична підготовка, практична підготовка, науково-дослідницька діяльність, волонтерська діяльність); етапи реалізації програми формування культури професійного здоров'я (потребнісно-критичний, інформаційно-ціннісний, креативно-практичний); методи (ділові ігри, кейс-метод, метод портфоліо, метод проблемної лекції-бесіди, групові дискусії, метод проекту, соціально-психологічний тренінг, тренінг асертивної поведінки, мозковий штурм, імітаційно-рольове моделювання професійних ситуацій), форми (лекції, практичні заняття, семінар-тренінг, виконання творчих завдань та спеціально розроблених завдань під час соціально-педагогічної практики, у процесі волонтерської діяльності, індивідуальні навчально-дослідницькі завдання, консультації, самостійна робота) та засоби (навчально-методичні комплекси навчальних дисциплін, Інтернет-ресурси, діагностичні методики)

підготовки; педагогічні умови формування культури професійного здоров'я; діагностика рівнів сформованості культури професійного здоров'я; результат.

Запропонована модель реалізується в освітньому процесі через створення педагогічних умов формування культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів у процесі їх професійної підготовки, а саме: формування у студентів здоров'ятворчих мотивів та ціннісних установок на досягнення особистісного та професійного благополуччя; стимулювання пошуково-дослідної діяльності майбутніх соціальних педагогів для поглиблення наявних та оволодіння новими знаннями з питань збереження і зміцнення професійного здоров'я; популяризація здорового способу життя в освітньому середовищі закладу вищої освіти та вдосконалення змісту навчання через валеологізацію змісту навчальних програм; орієнтація студентів на самостійну здоров'язбережувальну діяльність через самовиховання, самоосвіту та самооздоровлення.

Ґрунтуючись на наукових положеннях, згідно яких розвиток певного процесу чи явища відбувається через перехід однієї стадії в іншу, логічною зміною її етапів; якісних та кількісних змін, які обумовлюють перехід стадії «Формування культури професійного здоров'я» у стадію «Розвиток культури професійного здоров'я», виокремлено потребнісно-критичний, інформаційно-ціннісний, креативно-практичний етапи формування культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів у період їх професійної підготовки, для кожного з яких характерні відповідні педагогічні форми, методи і засоби. Перехід з одного етапу на інший відбувається через подолання майбутніми фахівцями суперечностей, що виникають у процесі оволодіння ними відповідними здоров'язбережувальними знаннями, вміннями і навичками.

Потребнісно-критичний етап формування культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів спрямований на діагностику та оцінку студентами наявного рівня фізичного, психологічного, духовного та професійного здоров'я. Майбутні фахівці мали можливість ознайомитися з фундаментальними основами майбутньої професії, а також переконатись у її

суспільній значущості та складності, побачити її зворотній вплив на здоров'я соціального педагога та усвідомити необхідність формування, збереження власного професійного здоров'я ще на етапі навчально-професійної діяльності. У результаті роботи, що здійснювалась на потребнісно-критичному етапі формування культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів, у студентів актуалізується внутрішня суперечність між потребою збереження професійного здоров'я, оволодіння культурою професійного здоров'я та відсутністю для цього необхідних і достатніх знань. Розв'язання цієї суперечності відбувається при переході на інший етап.

Інформаційно-ціннісний етап формування культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів передбачав опанування системою знань про структуру і функції поняття «культура професійного здоров'я», чинники професійного здоров'я соціальних педагогів, принципи, форми та методи формування культури професійного здоров'я, а також формування у студентів ціннісних установок на збереження професійного здоров'я та формування культури професійного здоров'я. У результаті проведеної роботи на інформаційно-ціннісному етапі у майбутніх фахівців актуалізується внутрішня суперечність між здобутими теоретичними знаннями та невмінні використовувати їх на практиці, що обумовило необхідність і потребу переходу на інший етап реалізації програми формування культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів.

Креативно-практичний етап спрямовувався на формування у студентів комплексу проєктивних, прогностичних, аналітичних, методичних, організаційних умінь і навичок, доведення їх до автоматизму, майстерності. Характерною особливістю цього етапу було практичне застосування здобутих теоретичних психолого-педагогічних і валеологічних знань, здобуття досвіду здоров'язбережувальної поведінки та діяльності.

Результат проведеної експериментальної роботи довів ефективність розробленої моделі формування культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів, про що свідчать результати діагностики. На початку

формувального експерименту 45,4% студентів були віднесені до елементарного рівня сформованості культури професійного здоров'я, 31,9% – репродуктивного, 13,5% – достатнього, 9,2% – творчого. Дані контрольної діагностики засвідчили, що після проведеного формувального експерименту відбулися суттєві зміни: у 8,8% майбутніх фахівців виявлений елементарний рівень володіння культурою професійного здоров'я; 25,4% – репродуктивний; 44,2% – достатній; 21,6% – творчий.

Отже, результати проведеної експериментальної роботи довели ефективність розробленої нами системи формування культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів у період навчання у закладах вищої освіти.

Основні наукові положення розділу викладені в опублікованих працях автора [65;66;67;69].

Список використаних джерел у другому розділі

1. Алексеевко Т.Ф. Технології соціально-педагогічної роботи в територіальній громаді. *Соціальна педагогіка: теорія та практика*. 2004. № 2. С. 19-24.
2. Алёшина Л.И. Формирование мотивации здорового образа жизни будущего учителя в процессе профессиональной подготовки: дисс. ...13.00.04 канд. пед. наук / Волгоградск. гос. пед. ун-т. Ростов, 1999. 206 с.
3. Амосов Н.М. Природа человека. Киев: Собор, 1983. 178 с.
4. Апанасенко Г.Л., Попова Л.О. Медична валеологія (Вибрані лекції) Київ: Здоров'я, 1998. 248 с.
5. Бабанский Ю.К. Проблемы повышения эффективности педагогических исследований. Москва: Педагогика, 1982. 191 с.
6. Байер. К., Шейнберг Л. Здоровый образ жизни. Москва: Мир, 1997. 368с.
7. Бобрицька В.І. Теоретичні і методичні основи формування здорового способу життя у майбутніх учителів у процесі вивчення природничих наук: дис. ... д-ра пед. наук: 13.00.04 / Інститут педагогіки і психології професійної освіти АПН України. Київ, 2006. 464с.
8. Бойченко Т.Є., Василяшко І.П., Коваль Н.С. Основи здоров'я: Підруч. для 9 кл. загальноосвіт. навч. закл. Київ: Генеза, 2009. 160с.
9. Больные из психосоматическими заболеваниями. *Большая энциклопедия Кирилла и Мефодия, 2001: мультимедиа-энциклопедия*. Москва: Прогресс, 2001. 3045с.
10. Борытко Н.М. В пространстве воспитательной деятельности: монография / ред. Н.К. Сергеев. Волгоград: Перемена, 2001. 181с.
11. Ващенко О. Готовність вчителя до використання здоров'язберігаючих технологій у навчально-виховному процесі. *Здоров'я та фізична культура*. 2006. № 8. С.1-6.
12. Вінда О.В., Коструб О.П., Сомова І.Г. Формування навичок здорового способу життя у дітей і підлітків за проектом «Діалог»: Навчально-методичний посібник. К: Наука, 2004. 215с.

13. Гірник А.М. Тренінг комунікативних умінь. *Практична психологія та соціальна робота*. 1999. № 5. С.174-175.
14. Гончарова Н.В. Формирование культуры профессионального здоровья будущего учителя: дисс. ... канд. пед. наук: 13.00.08 / Волгоградск. гос. пед. ун-т. Волгоград, 2005. 205с.
15. Гордеева А.В. Реабилитационная педагогика: профессиональная реабилитация педагога. М: АПК и ПРО, 2000. 80 с.
16. Грибан В.Г. Валеологія: підруч. для студ. вищих навчальних закладів Київ: Центр учбової літератури, 2008. 214с.
17. Грицюк Л.К., Лякішева А.В. Формування здоров'язберігаючої компетентності у майбутніх соціальних педагогів. *Науковий вісник Волинського національного університету імені Лесі Українки*. 2010. №13. С. 143-146.
18. Гужва Т.М. Критерії сформованості професійних цінностей майбутніх соціальних працівників. *Вісник Луганського національного університету ім. Т.Г. Шевченка*. 2012. №16. С.156-160.
19. Данильчук Л.О. Інтерактивні методи навчання, їх роль у підготовці і становленні педагога нової формації. *Структура представлення знань о мире, обществе, человеке: в поисках новых смыслов* Луганск. 2003. Вып. 4. Т. 2. С. 210-216.
20. Дементієвська Н.П., Морзе Н.В. Телекомунікаційні проекти. *Комп'ютер у школі та сім'ї*. 1999. № 4. С. 12-19.
21. Денисенко Н. Оздоровчі технології в освітньому процесі. *Дошкільне виховання*. 2004. № 12. С. 4-6.
22. Дичківська І. М. Інноваційні педагогічні технології: навч. посіб. Київ: Академвидав, 2004. 352с.
23. Диканова М.К. Сбалансированная система показателей. *Кадровик*. 2007. № 7. С. 35-37.
24. Емоційне вигорання / упоряд.: В. Дудяк. Київ: Главник, 2007. 128с.
25. Єріна А.М., Єрін Д.Л. Захожай В.Б., Методологія наукових досліджень: навч. посібник. Київ: Центр навчальної літератури, 2004. – 212с.

26. Жаркова Е. Организация повышения квалификации социальных педагогов в современных условиях. *Социальная педагогика*. 2006. №4. С.83-86.
27. Журавлева Е.А. Проблема определения понятия профессиональная устойчивость личности социального педагога. *Созидательная миссия культуры: сб.ст. молодых учёных*. Москва: МГУКИ. 2003. 268с.
28. Журавлева Е.А. Взаимосвязь толерантности личности и ее профессиональной устойчивости. *Патриотическое воспитание в учебных заведениях отрасли культуры: Сб. статей*. Москва: МГУКИ. 2004. С. 209 - 214.
29. Загрекова Л.В., Николина В.В. Теория и технология обучения : учеб. пособ. для студ. пед. вузов. Москва: Высш. шк., 2004. 157с.
30. Загвязинский В., Агафонов Р. Методология и методы психолого-педагогического исследования. Москва: АСАДЕМА, 2001. 207 с.
31. Зайцев В.В. Методологические особенности построения педагогического исследования. *Методологические и мировоззренческие основы научно-исследовательской деятельности: Сб. науч. тр.* 1998. С. 203-208.
32. Зайцева І.В. Формування мотивації учіння студентів вищих економічних навчальних закладів: автореф. дис... канд. пед. наук: спец. 13.00.04 теорія і методика професійної освіти / Терн. нац. пед. ун-т імені Володимира Гнатюка. Тернопіль, 2001. 20с.
33. Занюк С. Мотивація та саморегуляція учня. Київ: Главник, 2004. 96 с.
34. Захарченко Е.Ю. Развитие педагогической культуры учителя в условиях обновления школы. Ростов н/Д.: «Академидат»,1995. 219 с.
35. Зверева І.Д. Компетентність: Соціальна педагогіка: мала енциклопедія / за заг. ред. Зверєвої І.Д. Київ: Центр навч. літ-ри, 2008. с. 107-110.
36. Здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе / авт.-сост. С.А. Цабынин. Волгоград: Учитель, 2009. 172с.
37. Інтерактивні методи навчання: навч. посіб. / за заг. ред.: П. Шевчука, П. Фенриха. Щецін: Вид-во WSAP, 2005. 170с.

38. Ильин В.С. Формирование личности школьника (целостный процесс). Москва: Просвещение, 1984. 144с.
39. Ильин В.С. Формирование личности школьника: теория і практика. Москва: Просвещение, 1984. 160с.
40. Кириленко С.В. Соціально-педагогічні умови формування культури здоров'я старшокласників: автореф. дис. ...канд. пед. наук: 13.00.04. / Акад. пед. наук. України. Київ, 2004. 17с.
41. Ковальчук І. А. Методи інтерактивного навчання майбутніх соціальних педагогів. *Соціальна педагогіка: теорія та практика*. 2010. № 4. С.82-87.
42. Ковальчук Л. Основи педагогічної майстерності: навч. посіб. Львів: Видав. центр ЛНУ імені Івана Франка, 2007. 608с.
43. Коллюцкий В.Н., Кулагина М.Ю. Возрастная психология. Развитие человека от рождения до поздней зрелости. Москва: Астерлон, 2001. 236с.
44. Кустовська О.В. Методологія системного підходу та наукових досліджень: курс лекцій. Тернопіль: Економічна думка, 2005. 124с.
45. Лавричева И.А. Формирование валеологической культуры студентов: дисс. ... канд. пед. наук: 13.00.01 / Саратовск. гос. юрид. акад. Саратов, 2002. 190с.
46. Лао-цзы Дао-Де Цзинь. Москва: «Академия», 2003. 396с.
47. Лебедченко С.Ю. Формирование культуры здоровья будущего учителя в процес се профессиональной подготовки: автореф. дисс.... канд. пед. наук: 13.00.08 / Волгоград. гос. пед. ун-т. Волгоград, 2000. 19 с.
48. Липский И.А. Технологический потенциал социально – педагогической деятельности. *Педагогика*. 2004. № 9. С. 34-42.
49. Локшин В. Формування професійної компетентності майбутніх менеджерів соціокультурної сфери у ВНЗ. *Рідна школа*. 2010. №11. С.45-49.
50. Лукашевич М.П., Мигович І.І. Технології соціальної роботи / навч. посіб. 2-ге вид., доп. і випр. Київ: МАУП, 2003.168с.

51. Майерс Д. Социальная психология. 6-изд. Санкт-Петербург: Питер, 2002. 752с.
52. Малкина-Пых И. Г. Психологическая помощь в кризисных ситуациях. Москва: Изд-во Эксмо, 1999. 960 с.
53. Методические рекомендации по основным направлениям деятельности социальных педагогов в учебно-воспитательных учреждениях. Минск: Главник, 1996. 22 с.
54. Міщик Л.І. Використання інформаційно-комунікаційних технологій у підготовці майбутніх соціальних педагогів до професійної роботи. *Інформаційно-комунікаційні технології у сучасному просторі: Всеукраїнський науково-методичний семінар із міжнародною участю*. Кременець. 2011. С. 403–409.
55. Митяева А. Здоровьесберегающие педагогические технологии. Москва: Издательский центр «Академия», 2010. 192 с.
56. Митяева А.М. Здоровьесберегающие педагогические технологии. Москва: изд. центр «Академия», 2008. 192 с.
57. Мойсеюк В.П. Педагогічні умови формування культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів. *Педагогіка вищої та середньої школи*. Кривий Ріг, 2012. №36. С. 345-349.
58. Мойсеюк В.П. Вплив науково-технічного прогресу на здоров'я людини. *Україна наукова: матеріали восьмої Міжнародної науково-практичної інтернет-конференції* (м. Київ, 21-23 грудня 2011 р.). Київ, 2011. Ч. 7. С. 42-45.
59. Мойсеюк В.П. Обґрунтування педагогічних умов формування культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів. *Сучасна наука в мережі internet: матеріали восьмої Міжнародної науково-практичної інтернет-конференції* (м. Київ, 9-11 серпня 2012 р.). Київ, 2012. Ч. 2. С. 14-16.
60. Мойсеюк В.П. Валеологический аспект профессиональной подготовки будущих социальных педагогов. *В мире научных открытий: материалы XI Международной научно-практической конференции* (г. Москва, 27 марта 2014г.). Москва, 2014. С. 90-92.

61. Мойсеюк В.П. Практичні аспекти здоров'язбережувальної діяльності майбутніх соціальних педагогів. *Педагогіка здоров'я*: збірник наукових праць VI науково-практичної конференції (м. Харків, 28-29 квітня 2016 р.). Харків, 2016. Вип. 6. С. 283-286.
62. Новиков Д.А. «Статистические методы в педагогических исследованиях (типовые случаи)». Москва: МЗ-Пресс, 2004. 67с.
63. Оржеховська В.М., Хілько Т. В. Посібник з самовиховання. Київ: Лотос, 1996. 190с.
64. Педагогика и психология высшей школы. Ростов-н/Д: Феникс, 1998. 544с.
65. Резник Т.П. Проектная деятельность как средство формирования единства индивидуальности и коллективизма студентов педвуза (на материале преподавания иностранных языков): дисс. ... канд. пед. наук: 13.00.01 / Волг. гос. соц-пед. ун-т. Волгоград, 2004. 239с.
66. Рогов Е.И. Личностно-профессиональное развитие учителя в педагогической деятельности: дисс. ... д-ра пед. наук: 13.00.08 / Рост. Гос. ун-т. Ростов-на-Дону, 1999. 354 с.
67. Самоукина Н.В. Психологический тренинг для учителя. Москва: Мир, 2006. 317с.
68. Сироватко О. Підходи до формування здоров'язберігаючого середовища в закладі освіти. *Директор школи*. 2009. № 38 (566). С. 19-25.
69. Смирнов Н.К. Руководство по здоровьезберегающей педагогике. Технология здоровьесберегающего образования. Москва: АРКТИЛ, 2008. 288с.
70. Соковня-Семенова И.И. Основы здорового образа жизни и первая медицинская помощь. Москва: Academ A, 1997. 205с.
71. Социальная педагогика: Курс лекций / под общ. Ред. М.А. Галагузовой. Москва: Гуманит. изд. центр. ВЛАДОС, 2000. 416с.
72. Степанова М.И. Гигиеническая регламентация занятий школьников за компьютером. *Здоровье населения и среда обитания*. 2012. №8. С. 25-27.

73. Стругацкий А.Н., Стругацкий Б.Н. Понедельник начинается в субботу. Москва, 1993. С. 44.
74. Татарникова Л.Г. Педагогическая валеология: генезис, тенденции развития. Санкт-Петербург: Петрок, 1995. 350с.
75. Тихомирова Т.О. Реалізація державної політики охорони здоров'я в системі МВС України: адміністративно-правовий аспект: автореф. дис. ... канд. юрид. наук : 12.00.07 / Держ. НДІ МВС України. Київ, 2010. 20с.
76. Философия здоровья. *Философский энциклопедический словарь*. Москва, Наука. 1985. 840с.
77. Чупаху И.В. Здоровьесберегающие технологии в образовательно-воспитательном процессе: научно-практический сборник инновац. опыта. Москва: Илекса; Ставрополь: Сервисшкола, 2001. 400с.
78. Шеремет О. Вийдемо зі стресу разом. Соціально-психологічний тренінг. *Психолог*. 2007. №23-24 (263-264). С. 58-64.
79. Шмелева Н. Б. Ценностные ориентации, мотивации и психологические установки в профессиональной подготовке социального работника. *Российский журнал социальной работы*. 1997. № 1. С. 115-124.
80. Шумакова О.А. Общепрофессиональная подготовка педагогов-психологов. Челябинск: Изд-во Челябинского гос. пед. ун-та, 2005. 164с.
81. Яницкий М.С. Ценностные ориентации личности как динамическая система. Кемерово: Кузбасс-вузиздат, 2000. 204 с. URL: <http://hpsy.ru/public>. (дата звернення: 22.09.2017).

ВИСНОВКИ

1. Сформованість культури професійного здоров'я соціального педагога значною мірою визначає успішність його професійної діяльності. Від рівня володіння культурою професійного здоров'я залежить не тільки професійне довголіття фахівця, але і якість наданої ним соціально-педагогічної допомоги, що передбачає створення сприятливих умов для успішної адаптації та інтеграції особистості в соціум, збереження і формування її здоров'я.

На основі аналізу філософської, валеологічної, психологічної та педагогічної літератури з'ясовано сутність культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів, яку визначено як цілісне, динамічне особистісне утворення, що ґрунтується на усвідомленні цінності здоров'я, стійкій мотивації до здоров'ятворчої життєдіяльності, професійній компетентності, глибоких знаннях шляхів і засобів здоров'яформування, здоров'язбереження, що успішно реалізуються у соціально-педагогічній діяльності, забезпечують високу продуктивність праці, сприяють особистісній та професійній самореалізації.

З урахуванням соціальної специфіки цього явища та його професійної спрямованості досліджено функції культури професійного здоров'я (аксіологічна, регулятивна, гносеологічна, превентивна, рефлексійна, креативна) та виокремлено компоненти (мотиваційно-ціннісний, емоційно-вольовий, змістово-операційний, рефлексійно-оцінний), які утворюють її цілісну структуру. Системоутворювальним компонентом є мотиваційно-ціннісний, від розвитку якого значною мірою залежить ступінь сформованості всіх інших компонентів культури професійного здоров'я.

2. Дослідження культури професійного здоров'я з позиції системно-цілісного підходу, виявлення її структурних і функціональних компонентів дали змогу визначити критерії (ціннісне ставлення до професійного здоров'я, емоційно-вольова регуляція здоров'язбережувальної діяльності, володіння здоров'язбережувальними знаннями та вміннями, розуміння особистої відповідальності за стан власного професійного здоров'я), відповідні їм показники, схарактеризувати рівні (елементарний, репродуктивний, достатній,

творчий) досліджуваного феномена. Розроблено діагностичний інструментарій для визначення рівнів сформованості культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів.

3. Аналіз навчальних планів та змісту навчальних програм дисциплін, які вивчають майбутні соціальні педагоги, а також результати проведеного нами опитування засвідчили недостатню зорієнтованість процесу навчання у вищій школі на формування культури їх професійного здоров'я, значну перевагу студентів з елементарним та репродуктивними рівнями сформованості культури професійного здоров'я, довели необхідність спеціальної підготовки до здоров'язбережувальної діяльності, цілеспрямованого формування культури професійного здоров'я.

4. Ґрунтуючись на методологічних підходах до побудови освітнього процесу, з урахуванням сутності та структури культури професійного здоров'я, характерних особливостей студентського віку і специфіки соціально-педагогічної роботи, розроблено модель системи формування культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів, яка відображає взаємозв'язок і взаємодію її структурних компонентів: мета і завдання підготовки; загальнонаукові (системності, науковості, природовідповідності, культуровідповідності, активності, гуманізму) та специфічні (превентивності, інтегративності, саморозвитку, педагогічного оптимізму, здоров'язбережувальний принцип) принципи підготовки, структурні компоненти культури професійного здоров'я (мотиваційно-ціннісний, емоційно-вольовий, змістово-операційний, рефлексійно-оцінний); зміст підготовки, основу якого становить програма формування культури професійного здоров'я (теоретична підготовка, практична підготовка, науково-дослідницька діяльність, волонтерська діяльність); етапи реалізації програми формування культури професійного здоров'я (потребнісно-критичний, інформаційно-ціннісний, креативно-практичний); форми (лекції, практичні заняття, семінар-тренінг, виконання творчих завдань і спеціально розроблених завдань під час соціально-педагогічної практики й у процесі волонтерської діяльності, індивідуальні навчально-дослідницькі завдання, консультації,

самостійна робота), методи (ділові ігри, групові дискусії, кейс-метод, портфоліо, проблемна лекція-бесіда, проекти, соціально-психологічний тренінг, тренінг асертивної поведінки, мозковий штурм, імітаційно-рольове моделювання професійних ситуацій) і засоби(електронні навчально-методичні комплекси навчальних дисциплін, Інтернет-ресурси, діагностичний інструментарій) підготовки; педагогічні умови формування культури професійного здоров'я; моніторинг сформованості культури професійного здоров'я; результат.

Запропонована модель є проектом системи, що реалізується в освітньому процесі вищої школи через запровадження програми формування культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів і створення відповідних педагогічних умов.

5. Програма формування культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів передбачає теоретичну, практичну підготовку, навчально-дослідницьку і волонтерську діяльність. Її упровадженню сприяє вивчення психологічних, педагогічних («Вступ до спеціальності», «Технології соціально-педагогічної роботи», «Соціальна педагогіка», «Соціальна конфліктологія», «Основи професійної комунікації», «Основи психогігієни» та ін.) та медико-біологічних («Вікова фізіологія і валеологія», «Основи медичних знань», «Формування здорового способу життя» та ін.) дисциплін, а також спеціально розроблених нами курсу(змістового модуля) «Професійне здоров'я соціального педагога» та семінару-тренінгу «Конструктивне подолання професійних труднощів соціально-педагогічної діяльності».

6. Виокремлено, теоретично обґрунтовано педагогічні умови формування культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів (формування здоров'ятворчих мотивів та ціннісних установок на досягнення особистісного та професійного благополуччя; стимулювання пошуково-дослідницької діяльності для поглиблення наявних та оволодіння новими знаннями з питань збереження і зміцнення професійного здоров'я; популяризація здорового способу життя в освітньому середовищі закладу вищої освіти та вдосконалення змісту навчання через валеологізацію змісту навчальних програм; орієнтація

студентів на самостійну здоров'язбережувальну діяльність через самовиховання, самоосвіту та самооздоровлення), реалізація яких забезпечує ефективність запропонованої моделі системи формування культури професійного здоров'я.

7. Аналіз результатів дослідження підтвердив ефективність розробленої моделі системи формування культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів та доцільність її упровадження в освітній процес вищої школи. У студентів експериментальних груп, які навчалися за розробленою програмою, значні зміни відбулися у показниках достатнього та творчого рівнів володіння культурою професійного здоров'я, порівняно зі студентами контрольних груп. Якщо на початковому етапі експерименту 13,5% студентів експериментальних груп були віднесені до достатнього рівня володіння культурою професійного здоров'я, то після завершення експерименту – 44,2%. На 12,4% збільшилась кількість студентів творчого рівня володіння культурою професійного здоров'я, відповідно на 36,6% зменшилась кількість майбутніх соціальних педагогів елементарного рівня сформованості культури професійного здоров'я та на 6,5% – репродуктивного. Для математичного підтвердження ефективності розробленої моделі системи формування культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів застосовано методикку визначення збігів і розбіжностей експериментальних даних, що вимірюються у порядковій шкалі, використано критерій однорідності χ .²

Результати дослідження не вичерпують всіх аспектів проблеми формування культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів. Перспективи подальших досліджень вбачаємо у розробленні технології формування саногенного мислення майбутніх соціальних працівників, формуванні продуктивних копінг-стратегій, їх професійної стресостійкості, вивченні зарубіжного досвіду організації здоров'язбережувальної діяльності соціальних працівників.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Авдєєнко І.М. Розвиток культури здоров'я студентів в освітньому середовищі вищого навчального закладу: дисс. ... канд. пед. наук : 13.00.07 / Нац. ун-т імені Н.В. Каразіна. Харків, 2016. 238 с.
2. Алексєєнко Т.Ф. Технології соціально-педагогічної роботи в територіальній громаді. *Соціальна педагогіка: теорія та практика*. 2004. № 2. С. 19–24.
3. Алєшина Л.И. Формирование мотивации здорового образа жизни будущего учителя в процессе профессиональной подготовки: дисс. ...канд. пед. наук: 13.00.04 / Волгоградск. гос. пед. ун-т. Ростов, 1999. 206 с.
4. Амосов Н.М. Природа человека. Киев: Собор, 1983. 178 с.
5. Ананьев Б.Г. Человек как предмет познания.Л: ЛГУ, 1968. 336 с.
6. Апанасенко Г.Л., Попова Л.О. Медична валеологія (Вибрані лекції) Київ: Здоров'я, 1998. 248 с.
7. Апанасенко Г.А., Попова А.О. Медична валеологія (Вибрані лекції) Київ: Здоров'я.1993. 243 с.
8. Бабич В.І. Підготовка майбутніх учителів фізичного виховання до формування культури здоров'я школярів: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Луган. нац. пед. ун-т. ім. Тараса Шевченка. Луганськ, 2006. 315 с.
9. Бажук О.В. К вопросу о проблеме взаимодействия факторов профессионального выгорания и ресурсов его преодоления. *Казанская наука*. 2011. № 11. С. 305-308.
10. Барабанщиков А.В. Проблемы педагогической культуры преподавателей вузов (к вопросу о сущности педагогической культуры). *Советская педагогика*. 1981. №1. С. 71–78.
11. Бабанский Ю.К. Проблемы повышения эффективности педагогических исследований. Москва: Педагогика, 1982. 191 с.
12. Байер. К., Шейнберг Л. Здоровый образ жизни. Москва: Мир, 1997. 368 с.

13. Берсенева Т.А. Валеологический аспект урока: типодифференциальный подход к учащимся. *Здоровье и образование: концептуальные основы педагогической валеологии*. 1994. С. 46-48.
14. Бобрицька В.І. Теоретичні і методичні основи формування здорового способу життя у майбутніх учителів у процесі вивчення природничих наук: дис. ... д-ра пед. наук: 13.00.04 / Інститут педагогіки і психології професійної освіти АПН України. Київ, 2006. 464 с.
15. Бойченко Т.Є., Василяшко І.П., Коваль Н.С. Основи здоров'я: підруч. для 9 кл. загальноосвіт. навч. закл. Київ: Генеза, 2009. 160 с.
16. Больные из психосоматическими заболеваниями *Большая энциклопедия Кирилла и Мефодия, 2001: мультимедиа-энциклопедия*. Москва: Прогресс, 2001. 3045 с.
17. Борытко Н.М. В пространстве воспитательной деятельности: монография / ред. Н.К. Сергеев. Волгоград: Перемена, 2001. 181 с.
18. Богучарова О.І. Синдром професійного вигорання серед українських медичних працівників та педагогів. Вісник Київського університету. *Соціологія. Психологія. Педагогіка*. 2003. №17-18. С.59-63.
19. Бойчук Ю.Д. Еколого-валеологічна культура майбутнього вчителя: теоретико-методологічні аспекти: монографія. Суми: Університетська книга, 2008. 357 с.
20. Бондин В.И. Валеология: физическое состояние и здоровье человека. Ростов н/Д: РГПУ, 1988. 163 с.
21. Борисов М.М. Формирование здорового образа жизни у будущих учителей в процессе физического воспитания: автореф. дисс. ...канд. пед. наук. 13.00.01 / Рос. акад. наук. Москва, 1993. 16 с.
22. Брехман И.И. Валеология – наука о здоровье. Москва: Физкультура и спорт, 1990. 208 с.
23. Брехман И.И. Введение в валеологию – науку о здоровье. Л.: Наука, 1998. 128 с.
24. Братусь Б.С. Аномалии личности. Москва: Наука, 1988. 266 с.

25. Бутенко И.А. Анкетный опрос как общение социолога с респондентами / И.А. Бутенко. Москва: Ключ, 1989. 254с.
26. Вайнола Р.Х. Технологізація соціально-педагогічної роботи: теорія та практика. Навчальний посібник / ред. С.О.Сисоевої. Київ: Нац. пед. ун-т імені М.П.Драгоманова, 2008. 134 с.
27. Вайнер Э.Н. Общая валеология . Липецк: «Альфа», 1998. 183с.
28. Василькова Ю.В., Василькова, Т.А. Социальная педагогика. Москва: Издат. центр «Академия», 2000. 312 с.
29. Васильева О., Журавлева Е. Здоровый образ жизни: стереотипные представления и реальная ситуация. *Народное образование*. 1999. № 10. С. 202-207.
30. Ващенко О. Готовність вчителя до використання здоров'язберігаючих технологій у навчально-виховному процесі. *Здоров'я та фізична культура*. 2006. № 8. С.1-6.
31. Венедиктов Д.Д., Бусел В.Т. Сучасна українська мова. *Великий тлумачний словник*. Київ. Ірпінь: ВТФ «Перун», 2003. 1440 с.
32. Венедиктов Д.Д. Социально-философские проблемы здравоохранения. *Вопросы философии*. 1980. № 4. С. 137–139.
33. Вієр М., Оржеховська В. Школа – територія здоров'я: Навчально-методичний посібник. Київ: Optima, 2006. 173 с.
34. Вінда О.В., Коструб О.П., Сомова І.Г. Формування навичок здорового способу життя у дітей і підлітків за проектом «Діалог»: Навчально-методичний посібник. К: Наука, 2004. 215с.
35. Виленский М.Я. Формирование физической культуры личности учителя в процессе его профессиональной подготовки: дисс. ... докт. пед. наук. ...13.00.07. Волгоградск. гос. ун-т. Ростов, 1990. 484 с.
36. Видюк А., Дойнова Е., Савельева С. Формирование культуры здоровья в общеобразовательных школах. *Олимпийский спорт и спорт для всех: проблемы здоровья, рекреации, спорт. медицины и реабилитации: материалы IV Международного конгресса*. Киев: Олимп. лит-ра, 2000. с. 347.

37. Видюк А.П., Демьяненко Е.А. Формирование культуры здоровья в образовательных программах. *Здоров'я та освіта: проблеми та перспективи: матеріали Всеукр. наук.-метод. конф. Донецьк, 2000. С. 18-20.*
38. Воронина Г.А., Шептенко П.А. Методика и технология работы социального педагога: учебн. пособ. для студ. высш. пед. пед. учеб. заведений / под. ред. В.А. Слостенина. Москва: Издательский центр «Академия», 2001. 208 с.
39. Галецька І., Сосновський Т. Психологія здоров'я: теорія і практика. Львів : Вид. центр ЛНУ ім. І. Франка, 2006. 338 с.
40. Гадзинська О.М. Професійно важливі якості соціального працівника. *Практична психологія та соціальна робота*. Київ, 2007. № 7. С 78-80.
41. Гірник А.М. Тренінг комунікативних умінь. *Практична психологія та соціальна робота*. 1999. № 5. С. 174-175.
42. Глинянова И.Ю. Основы педагогической валеологии: Проблемы и решения. Волгоград: Перемена, 1998. 183 с.
43. Гомонюк О. Педагогічні аспекти формування професійно-педагогічної культури майбутнього соціального педагога. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія Соціальна робота. Педагогіка*. 2008. Вип.13. С.45-48.
44. Гонтаровська Н. Проблема створення освітнього середовища в педагогічній теорії та практиці. *Імідж сучасного педагога*. 2007. № 1. С. 15-20.
45. Гончарова Н.В. Формирование культуры профессионального здоровья будущего учителя: дисс. ... канд. пед. наук: 13.00.08 / Волгоградск. гос. пед. ун-т. Волгоград, 2005. 205 с.
46. Гордеева А.В. Реабилитационная педагогика: профессиональная реабилитация педагога. М: АПК и ПРО, 2000. 80 с.
47. Горашук В.П. Культура здоров'я – новий сучасний напрям формування здорового покоління. *Проблеми освіти*. 2006. Вип. 48. С. 184-189.

48. Горащук В.П. Формирование культуры здоровья школьников (теория и практика) . Луганск: Альма-матер, 2003. 376 с.
49. Грибан В.Г. Валеология: підруч. для студ. вищих навчальних закладів. Київ: Центр учбової літератури, 2008. 214 с.
50. Грицюк Л.К., Лякішева А.В. Формування здоров'язберігаючої компетентності у майбутніх соціальних педагогів. *Науковий вісник Волинського національного університету імені Лесі Українки*. 2010. №13. С. 143–146.
51. Грицко В., Котова А. У пошуках «зони здоров'я» становлення біоекології. *Вісник НАНУ*. 2001. № 8. С.23-27.
52. Грицюк О. В. Збереження професійного здоров'я вчителів як проблема сучасної психології. *Ученые записки Московского гуманитарного педагогического института*. Москва. 2005. Т.2. С.116-118.
53. Гужва Т.М. Критерії сформованості професійних цінностей майбутніх соціальних працівників. *Вісник Луганського національного університету ім. Т.Г. Шевченка*. 2012. № 16. С. 156-160.
54. Данильчук Л.О. Інтерактивні методи навчання, їх роль у підготовці і становленні педагога нової формації. *Структура представления знаний о мире, обществе, человеке: в поисках новых смыслов*. Луганск. 2003. Вып. 4. Т. 2. С. 210-216.
55. Дементієвська Н. П., Морзе Н. В. Телекомунікаційні проекти. *Комп'ютер у школі та сім'ї*. 1999. № 4. С. 12-19.
56. Денисенко Н. Оздоровчі технології в освітньому процесі. *Дошкільне виховання*. 2004. № 12. С. 4-6.
57. Дичківська І.М. Інноваційні педагогічні технології: навч. посіб. Київ: Академвидав, 2004. 352 с.
58. Диканова М. К. Сбалансированная система показателей. *Кадровик*. 2007. № 7. С. 35-37.
59. Євтух М.Б., Сердюк О.П. Соціальний педагог: професія та особистість. *Соціальна педагогіка*. 2002. № 2. С.76-88.
60. Емоційне вигорання / упоряд.: В. Дудяк. Київ: Главник, 2007. 128с.

61. Єріна А.М., Єрін Д.Л. Захожай В.Б. *Методологія наукових досліджень: навч. посібник*. Київ: Центр навчальної літератури, 2004. 212 с.
62. Жаркова Е. Организация повышения квалификации социальных педагогов в современных условиях. *Социальная педагогика*. 2006. № 4. С.83-86.
63. Журавлева Е.А. Проблема определения понятия профессиональная устойчивость личности социального педагога. *Созидательная миссия культуры: сб. ст. молодых ученых*. Москва: МГУКИ, 2003. 268 с.
64. Журавлева Е.А. Взаимосвязь толерантности личности и ее профессиональной устойчивости. *Патриотическое воспитание в учебных заведениях отрасли культуры: Сб. статей*. Москва: МГУКИ, 2004. С. 209-214.
65. Журавлева Е.А. Трудности профессиональной самореализации социального. *Ученые записки МГПИ*. 2003. №4. С. 453-458.
66. Завидівська Н.Н. Професійно-прикладні основи формування здорового способу життя студентів вищих навчальних закладів економічного профілю: дис. канд. ... пед. наук: 13.00.04 / Нац. пед. ун-т. імені М.П. Драгоманова. Київ, 2002. 230 с.
67. Захарченко Е.Ю. Развитие педагогической культуры учителя в условиях обновления школы. Ростов н/Д: «Академиздат, 1995. 219 с.
68. Загрекова Л.В., Николина В.В. Теория и технология обучения: учеб. пособ. для студ. пед. вузов. Москва: Высш. шк., 2004. 157 с.
69. Загвязинский В., Агафонов Р. *Методология и методы психолого-педагогического исследования*. Москва: «Академия», 2001. 207 с.
70. Зайцев В.В. *Методологические особенности построения педагогического исследования. Методологические и мировоззренческие основы научно-исследовательской деятельности: Сб. науч. тр.* 1998. С. 203-208.
71. Зайцева І.В. Формування мотивації учіння студентів вищих економічних навчальних закладів: автореф. дис... канд. пед. наук: спец. 13.00.04 теорія і методика професійної освіти / Терн. нац. пед. ун-т імені Володимира Гнатюка. Тернопіль, 2001. 20 с.
72. Занюк С. Мотивація та саморегуляція учня. Київ: Главник, 2004. 96с.

73. Захарченко Е.Ю. Развитие педагогической культуры учителя в условиях обновления школы. Ростов н/Д.: «Академиздат», 1995. 219 с.
74. Зверева І.Д. Компетентність: Соціальна педагогіка: мала енциклопедія / за ред. Зверєвої І.Д. Київ: Центр навч. літ-ри, 2008. С. 107-110.
75. Зеер Э.Ф. Модернизация профессионального образования: компетентностный подход. М.: Московский гуманитарно-психологический институт, 2005. 216 с.
76. Здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе / авт.-сост. С.А. Цабынин. Волгоград: Учитель, 2009. 172 с.
77. Здоровье–21: Основы политики достижения здоровья для всех в Европейском регионе ВОЗ: Введение. *Европейская серия по достижению здоровья для всех*. 1998. № 5. Копенгаген: ВОЗ (ЕРБ). Здоровье для всех к 2000 году. Материалы ВООЗ при ООН, 1995. 184 с.
78. Зимівець Н.В. Сутність, принципи та структура соціально-педагогічних технологій формування відповідального ставлення до здоров'я в учнівської молоді. *Педагогіка та психологія*: електрон. наук. фах. вид. 2005. Вип. 271. URL: <http://www.psyh.kiev.ua/> (дата звернення: 17.06.2016).
79. Зимняя И.А. Профессиональные роли и функции социального работника (общие проблемы подготовки специалиста). *Российский журнал социальной работы*. 1995. № 1. С.23-31.
80. Інтерактивні методи навчання: навч. посіб. / за заг. ред.: П. Шевчука, П. Фенриха. Щецін: Вид-во WSAP, 2005. 170 с.
81. Иванюшкин А.Я. «Здоровье» и «болезнь» у системе ценностных ориентации человека. Москва: *Вестник АМН СССР*, 1982. № 4. С.29-33.
82. Илларионова Л.П. Формирование духовно-нравственной культуры учителя в системе непрерывного педагогического образования: автореф. дисс. ... д-ра. пед. наук: 19.00.07/ Росс. гос. соц. ун-т. 2002. 35 с.
83. Ильин Б.Н. О понятии „здоровье” человека. *Вестник АМН СССР*. 1988. №4. С. 18–20.

84. Ильин В.С. Формирование личности школьника (целостный процесс). Москва: Просвещение, 1984. 144 с.
85. Ильин В.С. Формирование личности школьника: теория і практика. Москва: Просвещение, 1984. 160 с.
86. Ильин В.С. Формирование личности школьника (целостный процесс). Москва: «Академия», 1984. 144 с.
87. Исаев И.Ф. Теоретические основы формирования профессионально-педагогической культуры преподавателя высшей школы: дисс. ... д-ра. пед. наук: 13.00.08 / Кубанск. гос. ун-т. Москва, 1993. 435 с.
88. Исаев И.Ф. Теория и практика формирования профессионально-педагогической культуры преподавателя высшей школы. Белгород: *Вопросы психологии*, 1993. 218 с.
89. Калюжный А.А. Социально-психологические основы имиджа учителя: автореф. дисс. ... д-ра психол. наук: 19.00.05 / Ярослав. гос. ун-т им. П.Г.Демидова. Ярославль, 2006. 34 с.
90. Капська А.Й. Формирование готовности студентов педагогических вузов к исполнительско-речевой деятельности в системе профессиональной подготовки: автореф. дисс. ... док. пед. наук. 13.00.01 / Нац. пед. ун-т им. М.П. Драгоманова. Киев, 1989. 86 с.
91. Капська А.Й. Соціальна педагогіка: Навч. посібник. Український держ. центр соціальних служб для молоді. – Київ: Наука, 2000. 264 с.
92. Капська А.Й. Соціальна робота: деякі аспекти роботи з дітьми та молоддю: Навч. посібник. Київ: УДЦССМ, 2001. 219 с.
93. Капська А.Й. Сім'я і ЗСЖ. *Психолог*. 2002. № 21-24. С. 33-38.
94. Кириленко С.В. Проблема формування культури здоров'я в історії теоретичної думки і в сучасній практиці. *Педагогіка і психологія. Вісник АПН України*, 2004. № 1(42). С 48-56.

95. Кириленко С.В. Соціально-педагогічні умови формування культури здоров'я старшокласників: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.07 / Інст. пробл. вих. Академії пед. наук України. Київ, 2004. 240 с.

96. Кириленко С.В. Соціально-педагогічні умови формування культури здоров'я старшокласників: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04. / Акад. пед. наук. України. Київ, 2004. 17 с.

97. Ковальчук І.А. Методи інтерактивного навчання майбутніх соціальних педагогів. *Соціальна педагогіка: теорія та практика*. 2010. № 4. С.82-87.

98. Ковальчук Л. Основи педагогічної майстерності: навч. посіб. Львів: Видав. центр ЛНУ імені Івана Франка, 2007. 608с.

99. Коваль В.О. Актуальні проблеми здоров'я дітей та молоді, що мають бути об'єктом валеологічної діяльності соціального педагога. *Соціальні технології. Актуальные проблемы теории и практики: международный межвузовский сборник научных работ*. Выпуск 22. Киев, Москва, Одеса, Запорожье, 2004. Выпуск 22. С. 78-83.

100. Коваль Л.Г., Хлебик С.Р. Соціальна педагогіка / Навчальний посібник. Київ: Освіта і наука, 1997. 251с.

101. Кривошеєва Г.Л. Формування культури здоров'я студентів університету: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Донецький національний ун-т. Луганськ, 2001. 20 с.

102. Кривошеєва Г.Л. Формування культури здоров'я студентів університету: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Донецький національний ун-т. Луганськ, 2001. 228 с.

103. Крылова Н.Б. Формирование культуры будущего специалиста: Методологическое пособие. Москва: Высшая школа, 1990. 142 с.

104. Кудрявцева Е.Н. Здоровье человека: проблемы, суждения. *Вопросы философии*. 1987. №12. С. 11–12.

105. Кулагина М.Ю., Коллюцкий В.Н. Возрастная психология. Развитие человека от рождения до поздней зрелости. Москва: Астерлон, 2001. 236 с.

106. Кустовська О.В. Методологія системного підходу та наукових досліджень: курс лекцій. Тернопіль: Економічна думка, 2005. 124 с.
107. Курбатова О.В. Социальное проектирование. Ростов Н/Д: Феникс, 2001. 265 с.
108. Лагода О.М., Стеценко К.М. Імідж як стилістична характеристика особистості. *Черкаський державний технологічний університет. Вісник ХДАДМ*. Київ, 2008. Т.1. С. 54-65.
109. Лавричева И.А. Формирование валеологической культуры студентов: дисс. ... канд. пед. наук: 13.00.01 / Саратовск. гос. юрид. акад. Саратов, 2002. 190 с.
110. Лао-цзы Дао-Де Цзинь. Москва: «Академия», 2003. 396 с.
111. Лебедченко С.Ю. Формирование культуры здоровья будущего учителя в процес се профессиональной подготовки: автореф. дисс.... канд. пед. наук: 13.00.08 / Волгоград. гос. пед. ун-т. Волгоград, 2000. 19 с.
112. Леман Г. Практическая физиология труда. Москва: Медицина, 1967. 300с.
113. Липский И.А. Технологический потенциал социально – педагогической деятельности. *Педагогика*. 2004. № 9. С. 34-42.
114. Лисицын Ю.П., Сахно А.В. Здоровье человека – социальная ценность. Москва: Мысль, 1989. 272 с.
115. Лисицын Ю.П., И.В. Полудива. Здоровый образ жизни ребенка. Москва: Владос, 1984. 234с.
116. Локшин В. Формування професійної компетентності майбутніх менеджерів соціокультурної сфери у ВНЗ. *Рідна школа*. 2010. №11. С.45-49.
117. Лотман Ю.М. Избранные статьи / уклад. Ю.М.Лотман. Таллинн: Александра, 1993. Т.3. 480с.
118. Лууле В. Душевный свет. Екатеринбург: Фактория, 2003. 240 с.
119. Лукашевич М. П., Мигович І.І. Технології соціальної роботи / навч. посіб. 2-ге вид., доп. і випр. Київ: МАУП, 2003.168 с.

120. Любарская А. Мир различий. Сборник упражнений для учащихся общеобразовательных школ. Москва: ИД «Весь», 2003. 341 с.
121. Майерс Д. Социальная психология. 6-е изд. Санкт-Петербург: Питер, 2002. 752 с.
122. Макаренко С. Психолого-педагогічні передумови формування здорового способу життя. *Педагогічна думка*. Львів, 2004. № 3. С.21-26.
123. Маклаков А.Г. Основы психологического обеспечение профессионального здоровья военнослужащих: автореф. дисс. ...д-ра психол. наук: 19.00.03 / Лен. гос. ун-т. им. А. С. Пушкина. Санкт-Петербург, 1996. 42с.
124. Малкина-Пых И. Г. Психологическая помощь в кризисных ситуациях. Москва: Изд-во Эксмо, 1999. 60 с.
125. Маркова А.К. Психология профессионализма. Москва: Владос, 1996. 123 с.
126. Мардахаев Л.В. Профессиональная деятельность и деформация личности. Москва: Наука, 2001. 320 с.
127. Мардахаев Л.В. Социальная педагогика: курс лекций. Москва: Изд-во МГСУ, 2002. 256 с.
128. Методические рекомендации по основным направлениям деятельности социальных педагогов в учебно-воспитательных учреждениях. Минск: Главник, 1996. 22 с.
129. Методи і технології роботи соціального педагога: навч. посіб. / авт. - уклад. : С.П. Архипова, Г.Я. Майборода. Київ: Слово, 2011. 496 с.
130. Методика и технологии работы социального педагога / ред. М. Галагузовой. и Л. Мардахаева. Москва: Академия, 2002. 284 с.
131. Мешко Г.М. Професійне здоров'я педагога як стратегічна проблема сучасної школи. *Практична психологія та соціальна робота*. 2009. №6. С. 4-8.
132. Міщик Л І. Використання інформаційно-комунікаційних технологій у підготовці майбутніх соціальних педагогів до професійної роботи. *Інформаційно-комунікаційні технології у сучасному просторі*: матеріали

Всеукраїнського науково-методичного семінару із міжнародною участю. Кременець, 2011. С. 403-409.

133. Міщик Л.І. Теоретико-методологічні основи професійної підготовки соціального педагога у закладах вищої освіти: автореф. дис. ... докт. пед. наук: 13.00.04 / Луг. нац. пед. ун-т. Київ, 1997. 35 с.

134. Митева Ю.И. Курсу правления стрессом. Москва – Ростов н/Д: Март, 2004. 288 с.

135. Митина Л.М. Профессиональное здоровье учителя: стратегия, концепции, технология. *Народное образование*. 1998. № 9-10. С. 167-170

136. Митяева А.М. Здоровьесберегающие педагогические технологии. Москва: Изд. центр «Академия», 2008. 192 с.

137. Митяева А.М. Психолого-педагогические условия становления валеологической культуры младших подростков: автореф. дисс. ... канд. пед. наук: 13.01.01 / Орлов. гос. ун-т. Орел, 1999. 20 с.

138. Мойсеюк В.П. Педагогічні умови формування культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів. *Педагогіка вищої та середньої школи*. Кривий Ріг, 2012. № 36. С. 345-349.

139. Мойсеюк В.П. Вплив науково-технічного прогресу на здоров'я людини. *Україна наукова: матеріали восьмої Міжнародної науково-практичної інтернет-конференції* (м. Київ, 21-23 грудня 2011 р.). Київ, 2011. Ч. 7. С. 42-45.

140. Мойсеюк В.П. Обґрунтування педагогічних умов формування культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів. *Сучасна наука в мережі Internet: матеріали восьмої Міжнародної науково-практичної інтернет-конференції* (м. Київ, 9-11 серпня 2012 р.). Київ, 2012. Ч. 2. С. 14-16.

141. Мойсеюк В.П. Валеологический аспект профессиональной подготовки будущих социальных педагогов. *В мире научных открытий: материалы XI Международной научно-практической конференции* (г. Москва, 27 марта 2014г.). Москва, 2014. С. 90-92.

142. Мойсеюк В.П. Практичні аспекти здоров'язберезувальної діяльності майбутніх соціальних педагогів. *Педагогіка здоров'я: збірник*

наукових праць VI науково-практичної конференції (м. Харків, 28-29 квітня 2016 р.). Харків, 2016. Вип. 6. С. 283-286.

143. Мойсеюк В.П. Культура здоров'я соціального педагога як стратегічна проблема сучасного суспільства. *Освіта регіону: політологія, психологія, комунікації*. 2011. № 3. С. 331-335.

144. Мойсеюк В.П. Чинники професійного здоров'я соціального педагога. *Науковий вісник Волинського національного університету імені Лесі Українки*. 2012. №7. С. 144-149.

145. Мойсеюк В.П. Проблема професійного вигорання в соціально-педагогічній роботі. *Освіта регіону: політологія, психологія, комунікації*. 2013. № 3. С. 234-238.

146. Мойсеюк В.П. Сучасний стан формування культури професійного здоров'я. *Збірник наукових праць Херсонського національного технічного університету*. Херсон, 2013. Вип. 1 (8). С. 328-231.

147. Мойсеюк В.П. Теоретическое обоснование модели формирования культуры профессионального здоровья социального педагога. *Современный научный вестник*. Белгород, 2013 . № 20 (159). С. 69-78.

148. Мойсеюк В.П. Сучасні підходи до вивчення феномену здоров'я. *Соціум. Наука. Культура: матеріали восьмої Міжнародної науково-практичної Інтернет - конференції* (м. Київ, 24-26 січня 2012 р.). Київ, 2012. Ч. 4. С. 29-30.

149. Мойсеюк В.П. Здоров'ятворчі якості та властивості соціального педагога. *Проблеми компетентісного підходу у підготовці майбутніх вчителів: тенденції та перспективи: матеріали Всеукраїнської наукової конференції* (м. Кривий Ріг, 4-6 жовтня 2012 р.). Кривий Ріг, 2012. С. 20-22.

150. Мойсеюк В.П. Чинники професійного здоров'я соціального педагога. *Здоров'я, освіта, наука та самореалізація молоді: матеріали IV Міжнародної науково-практичної конференції* (м. Рівне, 29-30 березня 2012 р.). Рівне, 2012. С. 16-18.

151. Москалева А.С. Формирование готовности к здоровьесберегающей деятельности у студентов-будущих социальных педагогов. *Педагогическое образование и наука*. 2009. № 10. С. 16-23.

152. Москалева А.С. Становление субъектной профессионально-личностной позиции студента в процессе комплексной педагогической практики. *Организация студентческих практик в рамках Болонских критериев: материалы международной научно-практической конференции* (г. Екатеринбург, 23-25 янв. 2008 г.) / ред. И. А. Ахьямова. Ч. 2. Екатеринбург : Урал. гос. пед. ун-т, 2008. С. 141-147.

153. Мудрик А. Социальная педагогика: учеб. для студ. педвузов. Москва: Изд. центр «Академия», 1999. 184 с.

154. Нагавкина Л.С., Татарникова Л.С. Валеологические основы педагогической деятельности: учебно-методическое пособие. Москва: Изд. центр «Академия», 2005. 264 с.

155. Ніколаєску І. Імідж як презентаційна складова особистісних проявів соціального педагога. *Соціальна педагогіка: теорія і практика*. 2007. № 3. С.88-92.

156. Немов Р. С. Психология. 4-е изд. Москва: ВЛАДОС, 2003. 390 с.

157. Никифоров Г.С. Надёжность профессиональной деятельности. Санкт-Петербург, 1993. 440 с.

158. Никитина Л.Е. Социальная педагогика: учебное пособие для вузов. Москва: Академический Проект, 2003. 269 с.

159. Новиков Д.А. Статистические методы в педагогических исследованиях (типовые случаи). Москва: МЗ-Пресс, 2004. 67 с.

160. Обучение практике социальной работы: Международный взгляд и перспективы / ред.: Д.Доэла, С.Шардлоу; пер. с англ. Москва: Аспект Пресс, 1997. 223 с.

161. Овчарова Р.Г. Справочная книга социального педагога. Москва: ТЦ «Сфера», 2001. 248 с.

162. Овчарова Р.В. Справочная книга социального педагога. Москва:

Ключ, 2001. 36 5с.

163. Ожегов С.И. Системный подход. *Словарь русского языка* / ред. Н.Ю. Шведова. Москва: Сов. Энциклопедия, 1973. 846 с.

164. Оржеховська В.М. Педагогіка здорового способу життя. *Проблеми освіти*. 2006. Вип. 48. С. 3-4.

165. Оржеховська В.М., Хілько Т. В. Посібник з самовиховання. Київ: Лотос, 1996. 190 с.

166. Оржеховська В.М. Здоровий спосіб життя як пріоритетна успішність у вихованні дітей і підлітків. *Формування, збереження, зміцнення здоров'я підростаючого покоління як обов'язковий компонент системи національної освіти: матеріали міжнар. наук-практ. конф. з валеології (м. Дніпропетровськ 22–24 жовтня 1996 р.)*. Дніпропетровськ, 1996. С. 35-43.

167. Основи наукових досліджень» Навчальний посібник / за ред. Г.С. Цехмістрової. Київ: Видавничий Дім «Слово», 2003. 240 с.

168. Педагогика и психология высшей школы. Ростов-н/Д: Феникс, 1998. 544с.

169. Петровский А.В. Проблема развития личности с позиций социальной психологии. *Вопросы психологии*. 1984. №4. С. 15-30.

170. Піндер Л. Новий погляд на структуру: Вивчення становища щодо розвитку політики пропагування здоров'я в Канаді. *Пропагування здоров'я*, 1988 Т. 3. №2. С. 205-212. (Вид-во Оксфорд, ун-ту).

171. Пономаренко В.А. Психология жизни и труда лётчика. Москва: Наука, 1992. 233 с.

172. Практическая психология для преподавателей / кол. авт. Тутушкина М.К. и др. Москва: «Филинь», 1997. 328 с.

173. Професійна освіта: *Словник*: навч. посібник / уклад. С.У. Гончаренко та ін., ред. Н.Г. Ничкало. Київ: Вища школа, 2000. С.159-165.

174. Професійна етика соціального педагога: навч.-метод. посіб. для студ. вищ. навч. закл. / за заг. ред.: С.Я. Харченко, Н.П. Краснова, Л.П. Харченко. Луганськ: Вид-во ДЗ «ЛНУ імені Тараса Шевченка», 2009. 562 с.

175. Психологічна енциклопедія / авт.-уклад. О.М. Степанов. Київ: «Академвидав», 2006. 424 с.
176. Психология менеджмента. Санкт-Петербург: Перемена, 2000. 571с.
177. Психология здоровья: учебник для вузов / ред. Г.С.Никифорова. Санкт-Петербург: Питер, 2003. 607 с.
178. Рогов Е.И. Личностно-профессиональное развитие учителя в педагогической деятельности: дисс. ... д-ра пед. наук: 13.00.08 / Рост. гос. ун-т. Ростов-на-Дону, 1999. 354 с.
179. Ронгинская Т.И. Синдром выгорания в социальных профессиях. *Психологический журнал*. 2002. № 3. Т.23. С. 85-95.
180. Самоукина Н.В. Психологический тренинг для учителя. Москва: Мир, 2006. 317 с.
181. Семеркова Л.Г. Формування здорового способу життя. *Виховна робота в школі*. Санкт-Петербург, 2009. № 3. С.2-15.
182. Сергеев Н. К. Непрерывное педагогическое образование: концепция и технологии учебно-научно-педагогических комплексов (вопросы теории): монография. Волгоград, 1997. 166 с.
183. Сироватко О. Підходи до формування здоров'язберігаючого середовища в закладі освіти. *Директор школи*. 2009. № 38 (566). С. 19–25.
184. Сидоров В.М. Від поняття «здоров'я» до категорії. Київ: Промінь, 1990. 155 с.
185. Скумин В.А. Культура здоровья – фундаментальная наука о человеке. Новочеркасск: ТЕРОС, 1995. 132 с.
186. Слостенин В.А. Профессионально-педагогическая культура: сущность, структура, формирование. Москва: МГСУ, 1996. 345с.
187. Слободяник В. Вивчення критеріїв і складових здорового способу життя. *Наукові записки ТНПУ ім. В. Гнатюка. Серія Педагогіка*. Тернопіль, 2006. Вип. 9. С.140-143.
188. Смирнов Н.К. Руководство по здоровьесберегающей педагогике. Технология здоровьесберегающего образования. Москва: АРКТИЛ, 2008. 288 с.

189. Соковня-Семенова И.И. Основы здорового образа жизни и первая медицинская помощь. Москва: Academ A, 1997. 205 с.
190. Социальная педагогика: Курс лекций / под ред. М.А. Галагузовой. Москва: Гуманит. изд. центр. ВЛАДОС, 2000. 416 с.
191. Соколенко Л.С. Формування культури здорового способу життя студентської молоді як актуальна проблема сьогодення. *Проблеми освіти*. 2006. Вип. 48. С. 208-213.
192. Соціальна педагогіка: мала енциклопедія / ред. проф. І.Д.Звереві. Київ: Центр учбової літератури, 2008. 336 с.
193. Соціальна педагогіка: Типові програми соціально-педагогічних дисциплін / ред. проф. А.Й.Капської. Київ: НПУ імені М.П.Драгоманова, 2012. 380 с.
194. Социальная педагогика: Курс лекций / под общей ред. М.А. Галагузовой. Москва: Гуманит.изд. центр. ВЛАДОС, 2000. 416 с.
195. Соціальна педагогіка, соціальна робота. *Словник-довідник для соціальних педагогів та соціальних працівників* / за заг. ред.: А.Й. Капської, І.М. Пінчук, С.В. Толстоухової. Київ: «Наука», 2000. 260 с.
196. Степанова М.И. Гигиеническая регламентация занятий школьников за компьютером. *Здоровье населения и среда обитания*. 2012. №8. С. 25-27.
197. Стругацкий А.Н., Стругацкий Б.Н. Понедельник начинается в субботу. Москва, 1993. С. 44.
198. Стратегія формування здорового способу життя. Київ: Міський центр здоров'я, 2000. 240 с.
199. Сухомлинський В.О. Батьківська педагогіка. Київ: Рад. школа, 1978. 263 с.
200. Татарникова Л.Г. Педагогическая валеология: генезис, тенденции развития. Санкт-Петербург: Петрок, 1995. 350 с.
201. Татарникова Л.Г. Педагогическая валеология: Генезис. Тенденции развития. 2-е изд., перераб. и доп. Санкт-Петербург: изд-во «Петроградский и К», 1997. 416 с.

202. Тихомирова Т.О. Реалізація державної політики охорони здоров'я в системі МВС України: адміністративно-правовий аспект: автореф. дис. ... канд. юрид. наук : 12.00.07 / Держ. НДІ МВС України. Київ, 2010. 20 с.
203. Трунов Д.И. Снова о «профессиональной деформации». *Психологическая газета*. № 6. 2004. С. 32-34.
204. Федорова С.Н. Профессиональная культура педагога. *Педагогика*, 2006. №2. С.65-70.
205. Філософія культури здоров'я *Філософський словник*. Київ: Наука, 1986. 640 с.
206. Философия здоровья. *Философский энциклопедический словарь*. Москва, Наука. 1985. 840 с.
207. Фирсова М. Теория социальной работы: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. Заведений. Москва: Гуманит. изд. Центр ВЛАДОС, 2001. 432 с.
208. Форманюк Т.В. Синдром «эмоционального сгорания» как показатель профессиональной дезадаптации учителя. *Вопросы психологии*, 1994. № 6. С. 57-64.
209. Франчук В.И. Общая теория социальных организаций. Москва: МГСУ «Союз», 2001. 236с.
210. Харченко С. Я. Дидактические основы подготовки студентов к социально-педагогической деятельности. Луганск: Альма-матер, 1999. 138 с.
211. Харченко С.Я. Соціально-педагогічні технології: навч.-метод. посіб. для студ. вищ. навч. зак. Луганськ: Альма-матер, 2005. 552 с.
212. Царегородцев Г.И. Здоровье общественное богатство. Библиотека «Философские проблемы медицины». Москва: Знание, 1967. 324с.
213. Цехмістрова Г. Основи наукових досліджень: навчальний посібник. Київ: Видавничий Дім «Слово», 2003. 240с.
214. Черепанова В.Н. Формирование индивидуального имиджа педагога как средство реализации гуманистической концепции образования: автореф. дисс. ...канд. пед. наук: 13.00.01 / Тобольский. гос. пед. ин-т имени Д.И. Менделеева. Тюмень, 1998. 16 с.

215. Чупаха И.В. Здоровьесберегающие технологии в образовательно-воспитательном процессе: научно-практический сборник инновац. опыта. Москва: Илекса; Ставрополь: Сервисшкола, 2001. 400 с.
216. Шахненко В.І. Наукові основи формування здорового способу життя учнів. *Проблеми освіти*. 2006. Вип.48. С.78-83.
217. Шеремет О. *Вийдемо зі стресу разом. Соціально-психологічний тренінг. Психолог*. 2007. № 23-24 (263-264) С. 58-64.
218. Шмелева Н.Б. Ценностные ориентации, мотивации и психологические установки в профессиональной подготовке социального работника. *Российский журнал социальной работы*. 1997. № 1. С. 115-124.
219. Шумакова О.А. Общепрофессиональная подготовка педагогов-психологов. Челябинск: Изд-во-Челябинского гос. пед. ун-та, 2005. 164с.
220. Шукатка О. В. Формування здоров'язберігаючої компетентності майбутніх економістів на засадах аксіології: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Львівська держ. фін. акад. Львів, 2013. 255 с.
221. Шульгин Е.А. Валеологические подходы к обеспечению траектории образовательного процесса. *Инновационные процессы валеологической направленности в системе общего образования Волгоградского региона: теория и практика*. Волгоград: Перемена, 1999. С. 6-9.
222. Щербань П. Сутність педагогічної культури. *Вища освіта України*. 2004. № 3. С.67-71.
223. Юрків Я.І. Синдром «професійного вигорання» соціальних педагогів при роботі з сім'ями розумово відсталих дітей. *Соціальна педагогіка: теорія і практика*. Луганськ, 2010. № 2. С.76-82.
224. Яницкий М.С. Ценностные ориентации личности как динамическая система. Кемерово: Кузбасс-вузиздат, 2000. 204с. URL: <http://hpsy.ru/public>. (дата звернення: 22.09.2017).
225. Яркіна Т.Ф. Гуманізм як теоретико-методологічна основа соціальної педагогіки. Москва: РАО, 1997. 68 с.

226. Ярская-Смирнова Е. Профессиональная этика социальной работы. Москва: Ключ, 1998. 96 с.
227. Frederikson B.L. The role of positive emotions in positive psychology. The broach-and-build theory of positive emotion. *American psychologist*. 2001. # 56. P. 218-226.
228. Maslach C Leiter M.P. The truth about burnout: How organization cause personal stress and what to do about in. San Francisco, CA: Jossey-Bass, 1997.
229. Pines A.M. Teacher burn out: a psychodynamic existential perspective. *Teachers&Teaching: Theory&Practice*. 2002. Vol. 8. # 2. p. 121-140.
230. Weber A. Jaekel-Reinhard A. Burnout syndrome: a disease of modern societies? *Occupational medicine*. 2000. V 50.# 7. p. 512-517.

Анкета для виявлення рівня сформованості культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів

III

_____, _____ факультет, _____ спеціальність,
 _____ курс ____, форма навчання – денна ? заочна?
 Вік _____, стать _____.

1. Як Ви оцінюєте умови свого життя?

а) хороші; б) задовільні; в) незадовільні.

2. Чи дотримуєтеся Ви:

2.1. режиму харчування: а) так; б) частково; в) ні

2.2. режиму сну: а) так; б) частково; в) ні

2.3. режиму рухової активності: а) так; б) частково; в) ні.

3. Чи проходить Ви щорічне медичне обстеження? а) так; б) ні.

4. Здоров'я це _____

5. Чи вважаєте Ви здоров'я ціннісною категорією? а) так; б) ні; в) не знаю.

6. Як Ви оцінюєте власне здоров'я?

а) як добре; б) як задовільне; в) як незадовільне.

7. Як, на Вашу думку, впливають на здоров'я людини наступні чинники?

№ чинника	не впливають	впливають частково	значно впливають	важко відповісти
1. Житлові умови				
2. Фізична культура				
3. Спорт				
4. Медичне обслуговування				
5. Вільний час				
6. Стан навколишнього середовища				
7. Спадкові чинники				
8. Рівень життя, матеріальний добробут				
9. Якість харчування				
10. Умови навчання				
11. Сформованість уявлень про здоровий спосіб життя				
12. Інші чинники (вказіть)				

8. Чи вважаєте Ви, що добре володієте інформацією щодо наукових основ здорового способу життя? а) так; б) ні.

9. Чи дотримуетесь Ви здорового способу життя? а) дотримуюсь; б) не дотримуюсь; в) частково дотримуюсь.

10. Чи використовуєте Ви здобуті валеологічні знання на практиці? а) використовую; б) не використовую; в) використовую тільки в ситуаціях, пов'язаних з відпочинком.

11. Який спосіб відпочинку для Вас характерний? а) заняття спортом; б) відвідування культурно-оздоровчих закладів; в) відвідування нічних молодіжних розважальних закладів.

12. Чи є у Вас шкідливі для здоров'я звички? а) є _____; б) немає.

13. Чи вважаєте Ви себе готовим для здійснення валеологічної діяльності? а) так; б) ні; в) не знаю.

14. Чи вважаєте Ви, що валеологічна компетентність є обов'язковим елементом професійної компетентності соціального педагога? а) так; б) ні; в) не знаю.

15. Чи сприяє валеологічна діяльність професійному вдосконаленню соціального педагога? а) так; б) ні; в) важко відповісти.

16. Що Ви розумієте під поняттям «культура здоров'я»? _____

17. Які ризики для здоров'я соціального педагога існують в його професійній діяльності? _____

18. Чи вважаєте Ви, що маєте сформовану систему валеологічних цінностей? а) так; б) ні; в) не знаю.

19. Чи вважаєте Ви, що самооцінка власного здоров'я і власної системи валеологічних знань об'єктивна? а) так; б) ні; в) не знаю.

Дякуємо за участь в анкетуванні!

Опитувальник А. Реана¹

(Мотивація успіху та страх невдачі).

Інструкція. Відповідаючи на нижчеподані питання, необхідно вибрати відповідь "так" або "ні". "Так" об'єднує як явне "так", так і "скоріше так, ніж ні". Те ж відноситься і до відповіді "ні": він поєднує явне "ні" і "швидше ні, ніж так". Відповідати на питання треба швидко, довго не замислюючись. Відповідь, яка першою приходить в голову, як правило, і є найбільш точною.

ТЕСТ ОПИТУВАЛЬНИК

1. Оптимістично сподіваюсь досягнути особистісного і професійного благополуччя.(так / ні)
2. Веду здоровий спосіб життя. (так / ні)
3. Проявляю здорову ініціативу в навчально-професійній діяльності. (так / ні)
4. Унікаю відповідальних завдань, намагаюсь поможливості знайти причини відмови від них. (так / ні)
5. У навчально-професійній діяльності частови бираю крайнощі: або занижено легкі завдання, або надмірно важкі. (так / ні)
6. При зустрічі з перешкодами на шляху до збереження свого здоров'я, якправило, невідступаю, а шукаю способи їх подолання. (так / ні)
7. При чергуванні успіхів і невдач у здоров'ятворчій діяльності схильний/а до переоцінки своїх успіхів. (так / ні)
8. Продуктивність процесу оволодіння валеологічними знаннями в основному залежить від моєї особистої цілеспрямованості, а не від зовнішнього контролю. (так / ні)
9. Результативність засвоєння мною валеологічних умінь і навичок знижується в умовах обмеження часу. (так / ні)
10. Для мене характерна наполегливість у засвоєнні валеологічних та соціально-педагогічних знань. (так / ні)

¹ Малкина-Пых И. Г. Психосоматика: Справочник практического психолога. Москва: Изд-во Эксмо, 1990. 992с.

11. Схильний/а планувати своє професійне майбутнє на досить віддалену перспективу. (так / ні)
12. Якщо ризикую, то, швидше з розумом, а невідчайдушно (так / ні)
13. Цілеспрямованість у досягненні професійного успіху для мене не характерна, особливо якщо відсутній зовнішній контроль. (так / ні)
14. У навчально-професійній діяльності волю ставити перед собою середні за важкістю або трохи завищені, але досяжні цілі, ніж нереально високі. (так / ні)
15. У випадку невдачі у досягненні особистісних чи професійних цілей їх привабливість для мене, як правило, знижується. (так / ні)
16. При чергуванні успіхів і невдач у здоров'ятворчій, навчально-професійній діяльності я схильний/а до переоцінки своїх невдач. (так / ні)
17. Волю планувати своє професійне майбутнє лише на найближчий час. (так/ні)
18. Результат виконуваних мною навчальних завдань в умовах обмеження часу поліпшується, навіть якщо завдання досить важке. (так / ні)
19. У випадку невдач в опануванні навичок ведення здорового способу життя я не втрачаю оптимізму і не відмовляюсь від поставленої мети. (так / ні)
20. Якщо в навчальному процесі самостійно обране мною творче завдання спіткала невдача, то його привабливість для мене ще більше зростає. (так/ні)

КЛЮЧ до опитувальника: Відповідь "ТАК": 1, 2, 3, 6, 8, 10, 11, 12, 14, 16, 18, 19, 20. Відповідь "НІ": 4, 5, 7, 9, 13, 15, 17.

За кожен збіг відповіді з ключем досліджуваному дається 1 бал. Підраховується загальна кількість набраних балів. Якщо кількість набраних балів від 1 до 7, то діагностується мотивація на невдачу (боязнь невдачі). Якщо кількість набраних балів від 14 до 20, то діагностується мотивація на успіх (надія на успіх). Якщо кількість набраних балів від 8 до 13, то потрібно вважати, що мотиваційний полюс яскраво не виражений. При цьому можна мати на увазі, що якщо кількість балів склала 8-9, то є певна тенденція до націленості на невдачу, а якщо кількість балів 12-13, то є певна тенденція мотивації на успіх.

МЕТОДИКА ДОСЛІДЖЕННЯ ЦІННІСНИХ ОРІЄНТАЦІЙ² (М.Рокича)

Неповторна й унікальна, але властива кожній людині система термінальних (цінності-мети) і інструментальних (цінності-засобу) цінностей і утворює ціннісні орієнтації особистості, що глибинно й узагальнено визначають весь лад поведіння, діяльності і, більш того, життєдіяльність у цілому. Визначити ціннісні орієнтації конкретної людини можна за допомогою МДЦО - методики дослідження ціннісних орієнтацій особистості, що представляє із себе ранжування 18 термінальних і 18 інструментальних цінностей.

Проранжуйте нижчеперелічені цінності в порядку важливості їх у Вашому житті.

СПИСОК ЦІННОСТЕЙ

А. Термінальні цінності

- | | |
|---|----------------------------|
| 1. Активне, діяльне життя. | 10. Суспільне визнання. |
| Життєва мудрість (зрілість суджень і здоровий глузд). | 11. Пізнання. |
| Здоров'я. | 12. Рівність. |
| Цікава робота. | 13. Незалежність суджень. |
| Краса природи і мистецтва. | 14. Воля дій. |
| Любов. | 15. Щасливе сімейне життя. |
| Матеріально забезпечене життя. | 16. Творчість. |
| Наявність друзів. | 17. Впевненість у собі. |
| 9. Гарна обстановка в країні. | 18. Задоволення і розваги. |

Б. Інструментальні цінності

- | | |
|----------------------------------|-----------------------------|
| 1. Акуратність. | 10. Самоконтроль. |
| 2. Вихованість. | 11. Сміливість. |
| 3. Життєрадісність. | 12. Тверда воля. |
| 4. Ретельність. | 13. Терпимість. |
| 5. Незалежність. | 14. Широта поглядів. |
| 6. Непримиренність до недоліків. | 15. Чесність. |
| 7. Освіченість. | 16. Високі запити. |
| 8. Відповідальність. | 17. Ефективність у справах. |
| 9. Раціоналізм. | 18. Чуйність. |

² Клочко В.Є. Вікова психологія. Київ: Освіта, 2003. 230с.

Приклад ціннісно-орієнтаційного портрету студента за результатами ранжування ним термінальних цінностей:

Головне в моєму житті – 1 і 2, якщо, звичайно, будуть 3 і 4. 5 і 6 прикрашають моє життя, і, звичайно, дуже важливо 7, хоча воно і не саме головне. Що стосується 8, 9 і 10, те це було б дуже бажано, однак це не усім вдається. 11, 12, 13, 14, 15 і 16 можуть навіть і не бути в моєму житті. Але в чому я зовсім упевнений, так це в тім, що люди, що живуть заради 17 і 18, нічого не коштують. Робити з цього мету існування просто негідно.

Тест «Дослідження емоцій та почуттів»³ (за В. В. Бойко)

Обладнання: текст опитувальника, ручка, секундомір. Інструкція: Вам потрібно прочитати судження і дати відповідь «так» чи «ні».

Тест

1. Наприкінці робочого дня, зазвичай, на моєму обличчі помітно втому.
2. Буває так, що під час першого знайомства емоції заважають мені презентувати себе з позитивного боку (хвилююся, замикаюся або, навпаки, багато говорю, збуджуюся, веду себе не природно).
3. У спілкуванні мені часто не вистачає емоційності, виразності.
4. Напевно, я здаюся оточуючим занадто суворим.
5. Я взагалі проти того, щоб зображати ввічливість, якщо тобі цього не хочеться.
6. Я зазвичай умію приховати від партнерів спалахи гніву.
7. Часто при спілкуванні з колегами я продовжую думати про свої справи.
8. Буває, що я намагаюся висловити партнеру емоційну підтримку (увагу, співчуття, співпереживання), але він цього не відчуває і не сприймає.
9. Часто у моїх очах чи виразі обличчя проглядається стурбованість. У діловому спілкуванні я намагаюся приховувати свої симпатії до партнерів.
11. Усі мої переживання зазвичай написані на моєму обличчі.
12. Якщо я захоплююся розмовою, то міміка мого обличчя стає надто виразною й експресивною.
13. Напевно, я дещо емоційно стриманий і «замкнений».
14. Я дуже часто знаходжуся в стані нервового напруження.
15. Зазвичай я відчуваю дискомфорт, коли потрібно тиснути руку при діловому спілкуванні.
16. Інколи близькі люди зауважують мені: розслаб м'язи обличчя, не криви вуста, не наморщуй лоба і т. д.
17. Коли я розмовляю, то занадто жестикулюю.

³ Ильин Е. П. Эмоции и чувства. Санкт-Петербург: Питер, 2001. 752с.

18. У новій ситуації мені завжди важко бути розслабленим, природнім.
19. Напевно, моє обличчя часто виражає сум чи стурбованість, хоча на душі спокійно.
20. Мені важко дивитися в очі при спілкуванні з малознайомими людьми.
21. Якщо я хочу, то мені завжди вдається приховати свою неприязнь до поганої людини.
22. Мені часто буває весело без особливої причини.
23. Мені дуже легко зробити за власним бажанням чи на прохання різні вирази обличчя: смуток, радість, переляк, відчай і т. д.
24. Мені говорили, що мій погляд важко витримати.
25. Мені щось заважає висловити теплоту, симпатію людині, навіть у тих випадках, коли я відчуваю це почуття до неї.

Висновки самооцінки:

1. Невміння керувати емоціями, дозувати їх: +1,-6,+11,+16,-21
2. Неадекватне емоційне вираження: -2, +7, +12, +17, +22
3. Домінування негативних емоцій +4, +9, +14, +19, +24
4. Негнучкість, нерозвинутість, невиразність емоцій:+3,+8,+13,+18,-23
5. Небажання зближатися з людьми на емоційній основі: +5,+10,+15,+20,+25

Яка сума набраних Вами балів? Вона може коливатися від 0 до 25. Чим більша сума балів, тим більше виражена Ваша емоційна проблема у повсякденному спілкуванні. Не варто також заспокоюватися, якщо Ви набрали мало балів (0-2). Або Ви були не відверті, або погано бачите себе збоку.

Якщо Ви набрали не більше 5 балів — емоції зазвичай не заважають Вам спілкуватися.

6-8 балів – у Вас є деякі проблеми у повсякденному спілкуванні 9-12 балів – свідчать про те, що Ваші «емоції на кожен день» певною мірою ускладнюють Вам спілкування з партнерами.

13 балів і більше – емоції явно заважають вам встановлювати контакти з людьми, можливо Ви підпадаєте під вплив деяких дезорганізуючих реакцій чи станів. Зверніть увагу, чи немає конкретних перешкод, котрі виникають у Вас – це пункти, за якими Ви набрали 3 і більше балів.

Діагностика розвитку вольових якостей
Методика Е. Ільїна та Є. Фещенко «Самооцінка терплячості»⁴

Мета: визначити рівень одного з вольових якостей - терпіння.

Інструкція: дайте відповідь, чи згодні ви з запропонованими вам твердженнями.

Якщо згодні, то поряд поставте знак «+», якщо ні, то знак «-».

Текст опитувальника:

1. Якщо я втомлююся при виконанні важкої фізичної чи інтелектуальної праці, то відразу її припиняю.
2. У мене не вистачає терпіння займатись фізичною культурою, бо для цього необхідно багато часу і зусиль, щоб досягнути бажаного результату.
3. У спілкуванні з нецікавим співрозмовником я часто перебиваю його, стараюсь змінити тему розмови.
4. Зазвичай я не висловлюю своїх негативних емоцій, коли відчуваю психологічний дискомфорт.
5. Я можу змусити себе виконати нецікаву мені, але корисну роботу.
6. Мені важко дотримуватися режиму дня.
7. Якщо під час виконання складного завдання я втомлююся, то, як правило, перестаю його виконувати.
8. Я завжди доводжу розпочату справу до кінця.
9. Зазвичай мені важко змусити себе працювати «через не можу».
10. Я зазвичай зберігаю самоконтроль в конфліктних ситуаціях.
11. Мені подобається така праця, в якій я повинен пересилити себе, щоб якісно виконати поставлене завдання.
12. Я з упевненістю можу сказати, що я терплячий/а.
13. Незважаючи на втому, я можу зібратись, мобілізувавши свої фізичні та психологічні резерви свого організму і завершити виконання поставленого завдання.
14. Мені важко зберігати самовладання в конфліктних ситуаціях.

⁴ Ильин Е. П. Психология воли. Санкт-Петербург: Питер, 2000. 288с.

15. Хороший стан мого фізичного і психологічного тону у значній мірі залежить від оточуючих мене людей.

16. Я завжди намагаюся доводити розпочату справу до кінця.

17. Я дію за принципом: «Узявся за гуж, не кажи, що не дуж».

18. Я вважаю, що професійний успіх не залежить від наполегливості у роботі чи навчанні.

Обробка результатів.

По одному балу за відповіді «так» у № 4, 5, 8, 10, 11, 12, 13, 16, 17.

І за відповіді «ні» у № 1, 2, 3, 6, 7, 9, 14, 15, 18.

Далі підраховується загальна сума.

Від 0 до 6 балів терплячість низька, від 12 і більше - висока.

Анкета
для діагностики сформованості змістово-операційного компонента
культури професійного здоров'я

ППП _____
ЗВО, _____ факультет, _____ спеціальність,
_____ курс, форма навчання – денна заочна

Вік _____, стать _____.

1. Що Ви розумієте під поняттям «культура здоров'я»?

2. Чи є суттєві відмінності між категоріями «валеологічна культура» та «культура здоров'я»?

а) є; б) немає

3. Як впливає стрес на життя людини?

а) позитивно;

б) негативно;

в) залежно від індивідуального сприйняття стресогенного чинника.

4. Найбільше піддаються впливу стресогенним чинникам працівники системи:

а) людина-людина;

б) людина-природа;

в) людина-техніка.

5. Для збереження професійного здоров'я соціальним педагогам необхідно володіти міцними:

а) соціально-педагогічними знаннями;

б) медичними знаннями;

в) валеологічними знаннями;

г) соціально-педагогічними та медико-біологічними знаннями.

6. Емоційне виснаження спричиняє погіршення:

а) фізичного здоров'я;

б) психічного здоров'я;

в) психологічного здоров'я;

г) фізичного, психічного і психологічного здоров'я.

7. Професійне здоров'я -це _____

8. Погіршення професійного здоров'я спричиняє:

а) відчуття гіпервідповідальності у професійній діяльності;

б) входження у професію з відчуттям надзвичайно високих стандартів;

- в) поєднання особистісної і професійної самооцінки;
г) варіанти а,б,в.

9. Збереження професійного здоров'я соціальних педагогів – це проблема:

- а) освітніх закладів;
б) органів державного управління;
в) соціальних педагогів;
г) а,б,в;

10. Психологічна невідповідність обраній професії призводить до:

- а) зміні ціннісних орієнтирів;
б) погіршення професійного здоров'я;
в) розвитку вольових якостей;
г) соціальної дезадаптації.

11. Що Ви розумієте під «професійним вигоранням»? _____

12. Що спричиняє «професійне вигорання» працівників соціальної сфери?

- а) мала заробітна плата;
б) стрес;
в) складність об'єктів роботи;
г) непрестижність професії.

13. Що є наслідком «професійного вигорання» соціальних педагогів/працівників?

- а) деперсоналізація;
б) апатія;
в) емоційне виснаження;
г) варіанти а,б,в.

14. Чи впливає здоровий спосіб життя на стан професійного здоров'я?

- а) так; б) ні.

15. Як запобігти емоційному виснаженню у професійній діяльності? _____

16. Які методи боротьби з стресом Вам відомі?

17. Назвіть психологічні техніки, які дають змогу уникнути емоційного виснаження: _____

18. Чи володієте Ви достатніми валеологічними знаннями, вміннями і навичками?

а) так: б) ні.

19. Назвіть професійно-значущі якості соціального педагога, які б дали йому змогу більш ефективно протидіяти ризикам, з якими пов'язана соціально-педагогічна діяльність: _____ -

Опрацювання результатів анкетування відбувалося наступним чином: так за правильну відповідь на питання першого блоку (2,3,4,5,8,9,10,12,13,14,18) максимальна кількість балів, яку можна було отримати – 11; правильна відповідь на питання другого блоку (1,7,11,15,16,17,19) оцінювалась 2 балами. Максимальний обсяг отриманих балів дорівнював - 14. Максимальна кількість балів у разі правильної відповіді на питання анкети дорівнювала - 25б.

Обробка результатів анкетування: 19-25 балів означає, що у Вас високий рівень володіння валеологічними та психолого-педагогічними знаннями, Вміннями та навичками; 11-18 балів свідчить про середній рівень; результат від 0 до 10 балів означає, що у Вас низький рівень володіння валеологічними та психолого-педагогічними знаннями, вміннями та навичками.

Самооцінка реалізації потреб педагогів у розвитку та саморозвитку (В. Уруський)⁵

Інструкція. Відповідаючи на запитання, поставте, будь ласка, бали, відповідні вашій думці:

5 - якщо дане твердження повністю відповідає дійсності;

4 - швидше відповідає, ніж ні;

3 - так, і ні;

2 - швидше не відповідає;

1 - не відповідає.

Питальник

1. Я спрямований/а на розкриття та вивчення всіх сторін своєї особистості.
2. Я завжди знаходжу час для фізичного, духовного та професійного самовдосконалення.
3. Перешкоди, що виникають на шляху мого самовдосконалення та саморозвитку, тільки стимулюють мою активність.
4. Я шукаю зворотний зв'язок з собою, бо це допомагає мені краще розкритись і оцінити себе.
5. Я рефлексую свою навчально-професійну діяльність, спеціально виділяю для цього час.
6. Я аналізую отримані відчуття та набутий досвід здоров'язбережувальної навчально-професійної діяльності.
7. Я займаюсь самоосвітою та самооздоровленням.
8. Я зазвичай беру активну участь у дискусіях на теми, які мене цікавлять.
9. Я об'єктивно і критично оцінюю свої фізичні та розумові можливості.
10. Я прагну бути більш відкритою людиною.
11. Я усвідомлюю вплив, що здійснюють на мене оточуючі люди.
12. Я управляю своїм професійним і особистісним розвитком і отримую позитивні результати.
13. Я отримую задоволення від опанування нових соціально-педагогічних та валеологічних знань.
14. Підвищена відповідальність не лякає мене.
15. Я сподіваюсь досягнути стрімкого кар'єрного росту в майбутній професійній діяльності.

Обробка та інтерпретація результатів. Підрахуйте загальну суму балів. Якщо у вас набралось 55 і більше балів, значить, ви активно реалізуєте свою потребу в саморозвитку; діапазон від 36 до 54 балів свідчить про те, що у вас відсутня сформована система саморозвитку; результат від 15 до 35 балів дає підставу вважати, що досліджуваний перебуває у стадії зупиненого саморозвитку.

⁵ Уруський В. Діагностика професійної компетентності педагогічних працівників. *Директор школи*. 2005. №6 (342). С.9-13.

Кількісний аналіз результатів сформованості культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів до і після формувального експерименту

Рівні Групи	Елементарний		Репродуктивний		Достатній		Творчий	
	до	після	до	після	до	після	до	після
Експериментальна	33	7	24	19	10	32	7	16
Контрольна	34	30	25	27	13	15	6	6

Математичне обчислення характеристик порівнювальних вибірок контрольних та експериментальних груп майбутніх соціальних педагогів на початковій стадії експерименту

74 – параметри експериментальної групи;

78 - параметри контрольної групи.

$n_1=33$; $n_2=24$; $n_3=10$; $n_4=7$ - розподіл студентів експериментальної групи за рівнями володіння культурою професійного здоров'я;

$m_1=34$; $m_2=25$; $m_3=13$; $m_4=6$ – розподіл студентів контрольної групи за рівнями володіння культурою професійного здоров'я;

$$X^2_{\text{емп}}=74*78*\left[\left(\frac{33}{74}-\frac{34}{78}\right)^2/(33+34)+\left(\frac{24}{74}-\frac{25}{78}\right)^2/(24+25)+\left(\frac{10}{74}-\frac{13}{78}\right)^2/(10+13)+\left(\frac{7}{74}-\frac{6}{78}\right)^2/(7+6)\right]=0,24$$

Математичне обчислення характеристик порівнювальних вибірок контрольних та експериментальних груп майбутніх соціальних педагогів на завершальній стадії експерименту

78- параметри контрольної групи;

74- параметри експериментальної групи.

$n_1=7$; $n_2=19$; $n_3=32$; $n_4=16$ - розподіл студентів експериментальної групи за рівнями володіння культурою професійного здоров'я;

$m_1=30$; $m_2=27$; $m_3=15$; $m_4=6$ – розподіл студентів контрольної групи за рівнями володіння культурою професійного здоров'я;

$$X^2_{\text{емп}}=74*78*\left[\left(\frac{7}{74}-\frac{30}{78}\right)^2/(7+30)+\left(\frac{19}{74}-\frac{27}{78}\right)^2/(19+27)+\left(\frac{32}{74}-\frac{15}{78}\right)^2/(32+15)+\left(\frac{16}{74}-\frac{6}{78}\right)^2/(16+6)\right]=21,92$$

Програма навчального курсу
«Професійне здоров'я соціального педагога»

Пояснювальна записка

Соціальні педагоги у професійному відношенні є представниками однієї з основних груп ризику. Особлива відповідальність і пов'язане з нею нервово-емоційне напруження, необмежена тривалість робочого часу, висока щільність міжособистісних контактів, постійне проникнення у проблеми інших людей, надання їм допомоги та підтримки, особливий контингент соціально-педагогічного впливу, велика кількість стресових ситуацій – всі ці та інші чинники негативно впливають на здоров'я соціальних педагогів. Вони є причиною погіршення їх фізичного та психологічного самопочуття, появи емоційного виснаження, професійних деформацій, виникнення професійних захворювань.

Для вирішення проблеми збереження професійного здоров'я соціальних педагогів та наукове обґрунтування необхідності пошуку шляхів її розв'язання лягли в основу розробки нами програми курсу «Професійне здоров'я соціального педагога». Програма цього курсу спрямована на підготовку майбутнього фахівця, який би відзначався належним рівнем фізичного та психологічного здоров'я, якісно новими підходами до вирішення складних професійних завдань, майстерно володів методами протидії ризикам, що містить в собі соціально-педагогічна діяльність.

Психологічна, фізіологічна та світоглядна сенситивність до опанування нових знань, правильного вибору ціннісних орієнтацій та життєвих пріоритетів забезпечить майбутнім соціальним педагогам можливість більш якісно оволодіти культурою свого професійного здоров'я та успішно адаптуватись у своїй майбутній професії.

Програма курсу «Професійне здоров'я соціального педагога» складається з двох модулів:

– Культура професійного здоров'я соціальних педагогів як стратегічна проблема сучасного суспільства;

– Шляхи збереження і зміцнення професійного здоров'я.

Курс побудований на висновках наукових досліджень провідних вітчизняних та зарубіжних філософів, педагогів, психологів, валеологів, медиків, які займались проблемою збереження здоров'я людини. Засвоєння навчального матеріалу курсу відбувається на лекціях, практичних та семінарських заняттях, а також у процесі виконання навчально-дослідницьких, творчих та індивідуальних завдань.

1. Опис навчального курсу

Курс: Професійне здоров'я соціального педагога	Напрямок, спеціальність, освітньо-кваліфікаційний рівень	Характеристика навчального курсу
Кількість кредитів відповідних ECTS: 3. Модулів: 3. Змістових модулів: 2. Загальна кількість годин: 90. Тижневих годин: 4	Шифр та назва напрямків: Шифр та назва спеціальностей: Соціальний педагог Освітньо-кваліфікаційний рівень: бакалавр	Курс: обов'язковий. Рік підготовки: 3 Семестр: 5 Лекції: 10 год. Практичні заняття: 20 год. Індивідуальна робота: 9 год. Самостійна робота: 60 год. Вид індивідуального завдання: творча робота

2. Мета вивчення курсу:

Оволодіння майбутніми соціальними педагогами основами діяльності з збереження і зміцнення професійного здоров'я.

Завдання курсу:

– формування у майбутніх соціальних педагогів ціннісного ставлення до власного професійного здоров'я;

– опанування студентами сутності, структури і функцій професійного здоров'я;

- оволодіння майбутніми фахівцями системою знань, умінь і навичок здоров'язбережувальної професійної діяльності, розвитку і вдосконалення психофізіологічної сфери своєї особистості;
- засвоєння студентами ефективних форм, засобів і технологій збереження професійного здоров'я;
- формування у майбутніх фахівців активної професійної позиції, усвідомлення необхідності самовиховання та самовдосконалення.

3. Орієнтовна структура залікового кредиту курсу

Т е м а	Кількість годин			
	Лекції	Практичні заняття	Самостійна робота	Індивідуальна робота
Змістовий модуль 1. Культура професійного здоров'я соціальних педагогів як стратегічна проблема сучасного суспільства				
Тема 1. Теоретичні аспекти культури професійного здоров'я соціальних педагогів.	2	2	5	
Тема 2. Проблема збереження професійного здоров'я в соціально-педагогічній роботі.	2	2	6	
Тема 3. Чинники професійного здоров'я соціального педагога.	2	2	6	1
Тема 4. Стрес в професійній діяльності соціального педагога.	2		8	2
Тема 5. Проблема професійного вигорання в соціально-педагогічній роботі.		2	6	2
Змістовий модуль 2. Шляхи збереження і зміцнення професійного здоров'я				
Тема 6. Шляхи гармонізації психологічного стану соціальних педагогів.	2	4	8	2
Тема 7. Технології збереження і зміцнення професійного здоров'я соціальних педагогів.	2	6	12	2
Разом	12	18	51	9

4. Зміст курсу

Змістовий модуль 1. Культура професійного здоров'я соціальних педагогів як стратегічна проблема сучасного суспільства

Тема 1. Теоретичні аспекти культури професійного здоров'я соціальних педагогів.

Сутність категорій «культура», «здоров'я» в науковій літературі. Вплив професії на здоров'я людини. Освітнє середовище і здоров'я. Зміст та структурні компоненти соціально-педагогічної культури. Культура здоров'я як складова загальної культури. Культура здоров'я в системі ціннісних орієнтацій. Здоровий спосіб життя – шлях до особистісного і професійного успіху. Валеологічний аспект соціально педагогічної діяльності.

Зміст та структурні компоненти культури професійного здоров'я соціального педагога. Функції культури професійного здоров'я соціального педагога. Основи педагогічної валеології. Умови формування культури професійного здоров'я

Тема 2. Проблема збереження професійного здоров'я у соціально-педагогічній роботі

Професійна придатність соціального педагога як важлива умова його професійного здоров'я. Професійно-важливі здоров'язбережувальні особистісні характеристики соціального педагога. Розмежування понять «формування здоров'я», «збереження здоров'я», «зміцнення здоров'я», «відтворення здоров'я». Проблема професійної адаптації у соціально-педагогічній роботі. Культура спілкування, культура поведінки, культура діяльності, інтелектуальна культура – запорука професійного здоров'я. Професійна етика соціального педагога.

Роль і значення фізичного, психічного, соціального, духовного здоров'я у системі формування культури професійного здоров'я соціального педагога. Професійне здоров'я як чинник професійного довголіття. Продуктивність та ефективність праці соціального педагога як показник його професійного здоров'я. Соціально-педагогічна компетентність і професійне здоров'я.

Тема 3. Чинники професійного здоров'я соціального педагога

Основні чинники ризику для здоров'я людини. Ризики у соціально-педагогічній діяльності. Організація праці і відпочинку соціального педагога. Професійна активність і здоров'я. Особистісні, рольові та організаційні чинники професійного здоров'я. Психоемоційні перевантаження в соціально-педагогічній роботі. Чинники професійної працездатності. Вплив шкідливих звичок на здоров'я людини.

Проблема культури міжособистісного спілкування та взаємостосунків у колективі. Біокомедицина і здоров'я. Вплив науково-технічного прогресу на здоров'я людини. Вплив природи на здоров'я людини. Фактори громадського здоров'я.

Тема 4. Стрес в професійній діяльності соціального педагога

Дія стресу на організм людини. Сутність професійного стресу. Стрес і психічне здоров'я педагога: еустрес і дистрес. Аспекти виникнення стресу працівника соціальної сфери за С. Файнманом. Показники стресового стану. Стадії розвитку стресу. Травматичний стрес. Посттравматичний стрес. Причини виникнення стресу. Ознаки та наслідки дії стресу на організм людини. Стрес і емоції. Імунна система і стрес. Психосоматика і медицина. Захворювання, спричинені дією патологічного стресу.

Тема 5. Проблема професійного вигорання в соціально-педагогічній роботі

Симптоми виникнення професійного вигорання. Підходи до розвитку професійного вигорання. Професійне вигорання – стан фізичної, психологічної, емоційної втоми. Об'єктивні і суб'єктивні показники професійного вигорання. Професійна депресія. Професійні деформації соціальних педагогів. Ознаки професійної деформації. Внутрішні і зовнішні причини професійного вигорання. Гендерні особливості емоційного вигорання.

Змістовий модуль 2. Шляхи збереження і зміцнення професійного здоров'я

Тема 6. Гармонізація психологічного стану соціальних педагогів

Психогігієна як спосіб подолання негативних емоцій. Професійна стійкість соціального педагога. Підсистеми професійної стійкості. Способи саморегуляції у стресових ситуаціях. Гармонізація психологічного стану соціального педагога через оволодіння саногенним типом мислення. Копінг-стратегії як спосіб превенції емоційного вигорання. Професійна підтримка – ефективний спосіб боротьби з синдромом емоційного вигорання. Конструктивні методи протидії емоційному вигоранню. Поради як перебороти стрес. Аутогенне тренування. Підвищення працездатності мозку.

Тема 7. Технології формування культури професійного здоров'я соціальних педагогів

Бібліотерапія. Українські традиції і культура здоров'я. Східні методи оздоровлення. Саморегуляція як спосіб захисту від стресу. Психогігієна. Життя людини і природа: цінності, залежності, загрози (Т. Ковальчук). «Стресменеджмент» – ефективна антистресова програма. Релаксаційно-дихальна гімнастика (В. Бобрицька). Фітотерапія. Рекомендації щодо подолання стресу (Л. Горяна). Формування культури психічного здоров'я особистості: корекція негативних психічних станів через активні рухи (танок), регуляція процесу дихання, психічна релаксація, мобілізація психічних ресурсів (Л. Єргієва). Древні методи оздоровлення. Медитація. Йога – асани, вправа сур'я намаскан (Йоветвар). Вправа «Це я» (Смирнова). Соціальна психогігієна (С. Болтівець). Вправи для збереження голосу (М. Степанова). Самосвідомість, самоконтроль, саморегуляція. Методика мозкового штурму (брейнстормінг). Ароматерапія. Супервізія. Самоспостереження. Чотири варіанти вислуховування (Т. Гордон). Тренінг формування асертивної поведінки (В. Пахальян). Техніки подолання стресу: «Відрізати, відкинути», «Лейбл, або Ярлик», «Перебільшення», «Визнання своїх достоїнств» (М. Авраменко), Вправа для зняття психоемоційного напруження. Релаксація за Г. Бенсоном. Роздуми про здоров'я М. Амосова.

5.Орієнтовна тематика і плани практичних занять

Орієнтовна тематика практичних занять

1. Культура професійного здоров'я – важливий компонент загальної культури соціальних педагогів.
2. Професійне здоров'я соціальних педагогів як основна умова їх професійного успіху.
3. Професійні кризи у соціально-педагогічній діяльності.
4. Професійний стрес. Способи протидії впливу негативних стрес-чинників.
5. Технології збереження і зміцнення професійного здоров'я. Психотехнології управління та гармонізації емоційної сфери соціальних педагогів.

Плани практичних занять

Практичне заняття №1

Культура професійного здоров'я – важливий компонент загальної культури соціальних педагогів

1. Місце здоров'я у системі ціннісних орієнтацій соціального педагога.
2. Зміст, функції та структурні компоненти культури професійного здоров'я соціального педагога.
3. Висока продуктивність та ефективність праці як показник професійне здоров'я соціального педагога.
4. Професійна придатність. Культура професійного здоров'я.
5. Ризики для здоров'я соціальних педагогів, що зумовлені їх професійною діяльністю.

Практичне заняття №2

Професійне здоров'я соціальних педагогів як основна умова їх професійного успіху

1. Здоров'ятворчі якості та особистісні характеристики соціального педагога.
2. Управління фізичним та психологічним ресурсом власного організму під час виконання завдань підвищеної складності.
3. Способи збереження емоційної рівноваги у конфліктних ситуаціях.
4. Гуманістичний принцип соціально-педагогічної діяльності та професійне здоров'я соціальних педагогів.

Практичне заняття №3

Професійні кризи у соціально-педагогічній діяльності

1. Проблема адаптації соціальних педагогів у складних умовах праці.
2. Організація праці та відпочинку соціальних педагогів.
3. Професійні деструкції у соціально-педагогічній діяльності.
4. Причини та наслідки професійної деформації соціальних педагогів.

5. Способи подолання професійних криз соціальних педагогів.

Практичне заняття №4

Професійний стрес. Способи протидії впливу негативних стрес-чинників

1. Характерні ознаки стресу.
2. Форми прояву стресу.
3. Способи протидії впливу негативним стрес-чинників.
4. Наслідки тривалої дії стресу на організм людини.
5. Причини виникнення професійного вигорання.
6. Стадії розвитку професійного вигорання та його наслідки.

Практичне заняття №5

Технології збереження і зміцнення професійного здоров'я. Психотехнології управління та гармонізації емоційної сфери соціальних педагогів

1. Способи зняття емоційного напруження соціальних педагогів
Саморегуляція психічного стану..
2. Формування саногенного мислення, асертивної поведінки– важлива умова збереження професійного здоров'я.
3. Індивідуальний стиль здоров'язбережувальної соціально-педагогічної діяльності.
4. Техніки і технології збереження і зміцнення професійного здоров'я.
5. Сучасні методи самооздоровлення. Професійна самореабілітація.

6. Контрольні запитання і завдання для самостійної роботи

Змістовий модуль 1.

Контрольні запитання

- Розкрийте зміст категорій «культура».
- Які види культур Вам відомі?
- Обґрунтуйте зміст поняття «соціально-педагогічна культура».
- Як впливає соціально-педагогічною культура на результат виконання соціальним педагогом своїх професійних обов'язків?
- Назвіть основні структурні компоненти соціально-педагогічної культури.
- Обґрунтуйте значення професійно-педагогічного іміджу соціального педагога.
- Які основні підходи до інтерпретації категорії «здоров'я» Вам відомі?
- Чи є здоров'я ціннісною категорією? Чому?
- Які види здоров'я Вам відомі?
- Розкрийте зміст понять: «фізичне здоров'я», «соціальне здоров'я», «духовне здоров'я», «психічне здоров'я», «професійне здоров'я».
- Назвіть основні показники фізичного та психічного здоров'я.

- Чи існує причинно-наслідковий зв'язок між фізичним і психічним здоров'ям соціального педагога. Відповідь обґрунтуйте.
- Назвіть критерії фізичного та психічного здоров'я.
- Дайте визначення дефініціям «формування здоров'я», «збереження здоров'я», «відновлення здоров'я».
- Що Ви розумієте під поняттям «здоровий спосіб життя»?
- Як впливає здоровий спосіб життя на професійну діяльність соціального педагога?
- Розкрийте зміст категорії «культура здоров'я».
- Чи є суттєві відмінності між поняттями культура здоров'я і валеологічна культура. Відповідь обґрунтуйте.
- Назвіть основні ризики для здоров'я соціальних педагогів.
- Що Ви розумієте під поняттям стрес?
- Обґрунтуйте значення стресу у житті людини.
- Розмежуйте поняття стрес, дистрес, еустрес.
- Визначте зміст поняття «професійний стрес».
- Найбільше стрес загрожує працівникам, які працюють у системі «людина-природа», «людина-техніка», «людини-людина». Чому?
- Чому професію «соціальний педагог» науковці відносять до категорії стресогенних?
- Назвіть причини стресу у професійній діяльності соціальних педагогів.
- Які наслідки для професійного здоров'я соціального педагога може мати тривала дії стресу?
- Обґрунтуйте зміст поняття «професійне вигорання».
- Назвіть стадії розвитку професійного вигорання.
- Назвіть та обґрунтуйте чинники професійного вигорання.
- Люди якого типу «горять» швидше?
- Як впливає «синдром емоційного вигорання» на професійне здоров'я соціальних педагогів?
- Що Ви розумієте під поняттям «професійна деструкція»?
- Назвіть внутрішні і зовнішні причини професійного вигорання.
- Обґрунтуйте взаємозв'язок професійного здоров'я і працездатності соціальних педагогів.
- Що таке професійна деформація? Назвіть основні її ознаки.
- Який тип мислення є умовою збереження професійного здоров'я?
- Які способи превенції професійного вигорання Ви знаєте?
- Обґрунтуйте значення професійного самовиховання у системі роботи зі збереження професійного здоров'я.

Завдання

1. Проаналізуйте запропоновані вислови відомих класиків про здоров'я та визначте у якому висловлюванні, який аспект здоров'я відображений (фізичний, духовний, соціальний, психологічний).

Нас троє - я, ти і хвороба. Якщо ти будеш зі мною, ми вдвох подужаємо хворобу. Якщо ж ти будеш на боці хвороби, то мені одному з вами двома не впоратись.

(Абуль Фарадж)

Здоров'я дорожче за багатство.

(Джон Рей)

Існують тисячі хвороб, але здоров'я лише одне.

(Карл Людвіг Берне)

Помірність - мати хорошого здоров'я.

(Максим Валерій)

Здоров'я - всьому голова.

(М. А. Шолохов)

Тільки у сильному, здоровому тілі дух зберігає рівновагу, і характер розвивається у всій своїй могутності.

(Герберт Спенсер)

Навіть найміцніший організм надломлюється або принаймні зношується і стомлюється, коли він занадто розкішно користується дарами природи.

(Д.І.Пісарев)

Той, хто хоче бути здоровим, частково вже видужує.

(Джованні Боккаччо)

Здоров'я набагато більше залежить від наших звичок і харчування, аніж від лікарського мистецтва.

(Джон Леббок)

Людина повинна знати, як допомогти собі самій у хворобі, пам'ятаючи, що здоров'я є найбільшим багатством людини.

(Гіппократ)

Перший обов'язок того, хто хоче бути здоровим, – очистити навколо себе повітря.

(Ромен Роллан)

Здоров'я не цінують, доки не приходить хвороба.
(Томас Фуллер)

Витонченість і краса не можуть бути відокремлені від здоров'я.
(Марк Туллій Цицерон)

Здоров'я ніколи не може втратити своєї ціни в очах людини, тому що і в достатку, і в розкоші погано жити без здоров'я.
(Н. Р. Чернишевський)

Всі здорові люди люблять життя.
(Генріх Гейне)

Найдієвіші ліки для фізичного здоров'я – бадьорий і веселий настрій духу.
(Крістофер Якоб Бострем)

Я ціную здоров'я як зусилля волі, а не як спадок або дар.
(Еміль Мішель Чоран)

Без здоров'я неможливе і щастя.
(У. Р. Белінський)

Дев'ять десятих нашого щастя залежить від здоров'я.
(Артур Шопенгауер)

Вище благо досягається на основі повного фізичного і розумового здоров'я.
(Марк Туллій Цицерон)

Здоров'я настільки переважає решта благ життя, що здоровий жебрак щасливіший за хворого короля.
(Артур Шопенгауер)

Могутній дух рятує розслаблене тіло.
(Гіппократ)

Людина народжується здоровою, всі хвороби приходять з їжею.
(Гіппократ)

Наша праця – це повсякчасна зміна ситуацій, що викликає то посилене збудження, то гальмування.
(В. Сухомлинський).

2. На основі аналізу валеологічної та психолого-педагогічної літератури виокремте різні підходи вчених до інтерпретації поняття культура здоров'я.
3. Проаналізуйте основні функції соціально-педагогічної діяльності та виявіть ризики для здоров'я соціального педагога, які може містити в собі реалізація кожної з цих функцій.
4. Визначте комплекс професійно-особистісних характеристик соціального педагога, які б допомогли йому зберегти професійне здоров'я у соціально-педагогічній діяльності.
5. Обґрунтуйте взаємообумовленість здоров'я соціального середовища і професійного здоров'я соціального педагога.

Змістовий модуль 2.

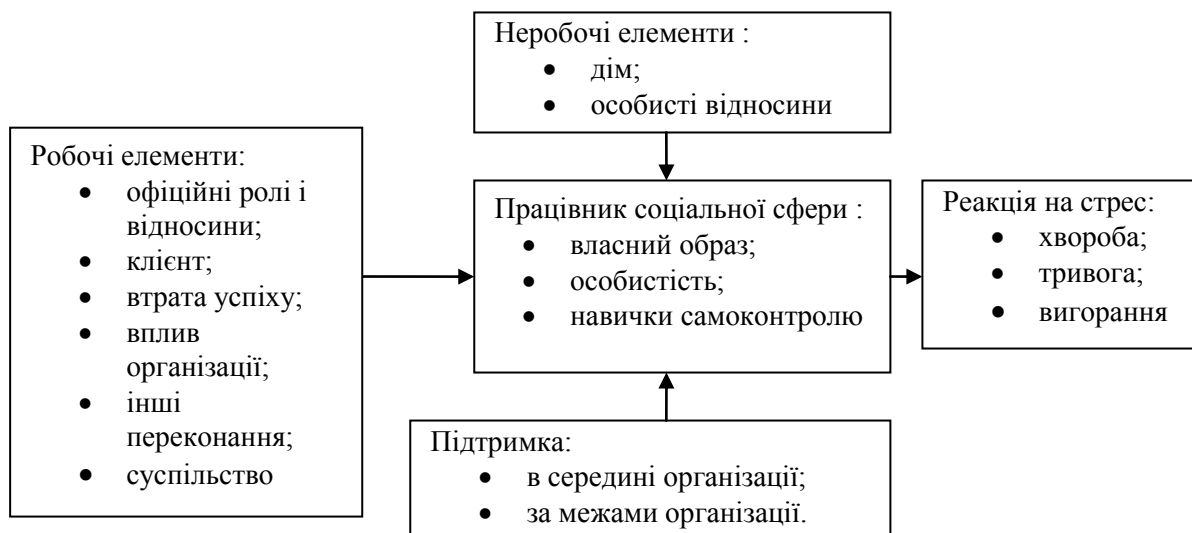
Контрольні запитання

- Які методи оздоровлення Вам відомі?
- Назвіть способи обмеження впливу негативних стрес-чинників у соціально-педагогічній діяльності.
- Обґрунтуйте значення гуманістичної позиції соціального педагога в контексті здоров'язбереження.
- Проаналізуйте відомі Вам шляхи збереження професійного здоров'я.
- Які симптоми у поведінці соціального педагога вказують на початкову стадію професійного вигорання?
- Що Ви розумієте під асертивною поведінкою? Яка її роль у збереженні професійного здоров'я соціальних педагогів?
- Назвіть конструктивні способи розв'язання конфліктів.
- Як сформувати професійну стійкість соціальних педагогів?
- Якими професійно-особистісними характеристиками повинен володіти соціальний педагог для збереження свого професійного здоров'я?
- Проаналізуйте альтруїстичну діяльність соціального педагога через призму здоров'язбереження.
- Що означає гармонійний стан особистості?
- Яке значення ортобіозу у професійній діяльності соціального педагога?
- Назвіть релаксаційні методики зняття психологічної втоми.
- Що може стати причиною виникнення професійної кризи?
- Як психологічна стійкість соціальних педагогів допомагає їм у вирішенні складних соціально-педагогічних завдань?
- Чи впливає культура соціально-педагогічної діяльності на збереження професійного здоров'я соціального педагога?
- Як впливає катарсис на професійне здоров'я?

- Як уникнути конфліктів взаєностосунків у соціально-педагогічній діяльності?
- Назвіть методики, які сприяють відновленню продуктивності інтелектуальної діяльності?
- Яка значення має самовиховання і самооздоровлення у професійній діяльності соціального педагога?
- Які чинники професійного здоров'я соціальних педагогів дають їм змогу уникнути внутріособистісного конфлікту?
- Який зв'язок між духовним здоров'ям і спрямованістю соціально-педагогічної діяльності?
- Який зв'язок між професійним здоров'ям і професійним довголіття соціального педагога?

Завдання

1. Підберіть комплекс психотехнік, які сприяють гармонізації психологічного стану соціального педагога у роботі з проблемними категоріями населення.
2. Підготуйте есе на одну із запропонованих тем:
 - Культура здоров'я соціального педагога як основна умова його професійного успіху;
 - Стрес у соціально-педагогічній діяльності;
 - Шляхи збереження професійного здоров'я соціального педагога;
 - Проблема професійного вигорання у соціально-педагогічній роботі;
 - Професійна деформація та способи її уникнення.
3. Розробіть індивідуальну програму збереження власного здоров'я у навчально-професійній діяльності.
4. *На основі розробленої моделі С.Файнмена «Аспекти виникнення стресу працівника соціальної сфери» розробіть технологію збереження професійного здоров'я соціального педагога.



5. Створіть ідеальну професійну модель особистості соціального педагога, яка б гарантувала йому професійне здоров'я, професійний успіх і професійне довголіття.

7. Індивідуальне навчально-дослідницьке завдання

Індивідуальне навчально-дослідницьке завдання (ІНДЗ) дає можливість студенту самостійно опанувати окремі частини програмного матеріалу та шляхом наукового пошуку здійснити спробу вирішення актуальних проблем, передбачених програмою навчального курсу.

Виконання індивідуального навчально-дослідницького завдання передбачає:

- поглиблення здобутих знань отриманих у навчальному процесі;
- самостійний пошук та аналіз нових наукових фактів та відкриттів;
- творчий підхід у виконанні поставлених завдань;
- самостійність формування висновків та їх наукове обґрунтування;
- формування інтересу до науково-дослідної роботи;
- розвиток пізнавальної активності та глибини мислення студентів;
- формування навичок самоорганізації та самовдосконалення.

Орієнтовна структура ІНДЗ передбачає: *вступ* (зазначається тема її актуальність, мета, завдання та основні положення дослідження); *основна частина* (обґрунтовується ідея дослідження; на основі аналізу наукових джерел із досліджуваної проблеми формується особиста наукова позиція автора, пропонуються шляхи вирішення окреслених завдань); *висновки* (підбиваються підсумки проведеного наукового дослідження, представляються отримані результати, обґрунтовуються перспективи подальшої роботи у зазначеному напрямі); *список використаної літератури* (оформляється відповідно до чинних вимог).

Максимальна оцінка за підготовку ІНДЗ – 20 балів.

Критерії та шкала оцінювання ІНДЗ

<i>№п/п</i>	<i>Критерії оцінки ІНДЗ</i>	<i>Максимальна кількість балів за кожним критерієм</i>	<i>Національна шкала оцінки рівня виконання ІНДЗ</i>	<i>Розподіл балів, що відповідають рівню</i>
1	Обґрунтовано актуальність досліджуваної проблеми, сформульовано мету і завдання дослідження	3	Високий (відмінно)	18-20
2	Структурованість та послідовність викладу матеріалу	4	Достатній (добре)	14-17
3	Глибокий аналіз проблеми, достатня кількість опрацювання наукових джерел. Формулювання та наукове обґрунтування власної позиції стосовно предмету дослідження.	10	Середній (задовільно)	11-13
4	Формулювання та обґрунтування висновків дослідження	2	Низький (незадовільно)	0-10
5	Структура роботи оформлена якісно, згідно чинних вимог	1		

Теми для написання творчих робіт

1. Культура здоров'я соціального педагога.
2. Чинники погіршення професійного здоров'я соціального педагога.
3. Зміст та функції культури здоров'я.
4. Принципи формування культури професійного здоров'я.
5. Місце культури здоров'я у системі ціннісних орієнтацій соціального педагога.
6. Валеологічна діяльність соціального педагога.
7. Професійне здоров'я соціального педагога.
8. Ризики для здоров'я соціального педагога.
9. Здоров'язбережувальна функція освітнього процесу у ВНЗ.
10. Шляхи збереження професійного здоров'я соціального педагога.
11. Критерії оцінки професійного здоров'я.
12. Природні чинники здоров'я.

13. Проблема професійної кризи у соціально-педагогічній діяльності.
14. Стрес та емоції.
15. Компоненти культури професійного здоров'я.
16. Стрес, дистрес, еустрес.
17. Причини виникнення стресу у соціально-педагогічній діяльності.
18. Наслідки тривалої дії стресу на організм фахівця.
19. Здоров'язбережувальні якості соціального педагога.
20. Копінг-стратегії.
21. Шляхи превенції професійної кризи у соціально-педагогічній діяльності.
22. Проблема адаптації у соціально-педагогічній роботі та професійне здоров'я соціального педагога.
23. Проблема професійного вигорання у соціально-педагогічній роботі.
24. Ознаки та наслідки професійного вигорання.
25. Шляхи превенції професійного вигорання у соціально-педагогічній діяльності.
26. Соціальне здоров'я соціального педагога.
27. Культура здоров'я соціального педагога як одна із умов збереження професійного здоров'я.
28. Зв'язок духовного і професійного здоров'я.
29. Європейський досвід збереження здоров'я соціальних педагогів.
30. Здоровий спосіб життя як важлива умова збереження професійного здоров'я.
31. Мистецтво і здоров'я.
32. Професійні деструкції у соціально-педагогічній роботі.
33. Здоровий спосіб життя: соціально-педагогічний аспект.
34. Здоров'ятворча діяльність соціального педагога.
35. Внутріособистісний конфлікт соціального педагога як чинник його професійного вигорання.
36. Психологічні техніки зняття емоційного напруження.
37. Саногенне мислення соціального педагога.

38. Психогігієна – спосіб гармонізації психологічного стану соціального педагога.

39. Асертивна поведінка соціального педагога як шлях до збереження професійного здоров'я соціального педагога.

40. Релаксація як ефективний спосіб зняття емоційного напруження.

8. Методи навчання: лекції, практичні заняття, виконання творчих робіт, самостійне розв'язання індивідуальних завдань, підсумковий контроль.

9. Методи оцінювання рівня опанування студентами навчального матеріалу: поточне оцінювання; оцінка за виконання індивідуальних і творчих робіт; тестування.

10. Максимально-можлива кількість отриманих балів за оволодіння навчальним матеріалом з курсу «Професійне здоров'я соціального педагога».

Модуль 1							ІНДЗ	Підсумковий контроль	Загальна сума
ЗМ1				ЗМ2			20	30	100
30				20					
T1	T2	T3	T4	T5	T6	T7			
6	6	6	6	6	10	10			

11. Методичне забезпечення: навчально-методичний комплекс курсу «Професійне здоров'я соціального педагога».

12. Основна література.

1. Апанасенко Г.Л., Попова Л.А. *Валеологія як наука. Валеологія: науково-практичний журнал*. Київ-Тернопіль. 1996. № 1. С. 3- 9.

2. Бакланова Н.К. *Професійна устійливість майбутніх соціальних педагогів: по матеріалах дослідження. Учні записки*

Московского гуманитарного педагогического института. Москва. 2004. Т.2. С.359 – 365.

3. Бажук О.В. Социально-педагогическая профилактика синдрома профессионального выгорания студентов педагогического вуза. *Омский научный вестник.* 2010. № 6 (92). С. 156-159.

4. Бобрицька В. Як зберегти психічне здоров'я. *Директор школи.* 2002. № 17. С. 15-21.

5. Бойченко Т.Є. Валеологічна освіта в Україні: особливості і проблеми формування. *Валеологія: науково-практичний журнал.* Київ-Тернопіль, 1996. № 1. С.25 – 27.

6. Борисова М.В. Психологические детерминанты феномена эмоционального выгорания у педагогов. *Вопр. психологии.* 2005. №2. С.97-104.

7. Буянська О. Профорієнтаційна робота з учнями шкіл, як психологічна технологія підбору професійно придатних абітурієнтів на спеціальність «Соціальний педагог». *Збірник наукових праць студентів.* Хмельницький, 2004. С.16-19.

8. Брехман И.И. Введение в валеологию – науку о здоровье. Липецк: ОБЗОР, 1987. 125с.

9. Воронина О.С. Факторы возникновения синдрома эмоционального «сгорания» воспитателей приюта для несовершеннолетних и способы их профилактики. *Социальная педагогика: теория и практика.* 2008. №3.- С.80-83.

10. Водольянова Н.Е., Старченко Е.С. Синдром выгорания: диагностика и профилактика. Санкт-Петербург: ОДИН, 2005. 336с.

11. Горашук В.П. Культура здоров'я – новий сучасний напрям формування здорового покоління. *Проблеми освіти.* 2006. Вип. 48. С.184-189.

12. Гремлинг С. Практикум по управлению стрессом. Санкт-Петербург: «Питер», 2002. 354с.

13. Иванюшкин А.Я. «Здоровье» и «болезнь» в системе ценностных ориентации человека. СССР: Вест. АМН, 1982. 255с.

14. Исаев И.Ф. Теория и практика формирования профессионально-педагогической культуры преподавателя высшей школы. Москва: Знание, 1993. 218 с.
15. Митина Л. Профессиональное здоровье учителя: стратегия, концепции, технология. *Народное образование*. 1998. № 9-10. С. 167-170.
16. Методичні рекомендації «Профілактика професійного вигорання працівників соціальної сфери» / за заг. ред. М.Л. Авраменка. Луцьк: Всеукраїнський центр професійної реабілітації інвалідів, 2008. 53 с.
17. Никифоров Г.С. Надёжность профессиональной деятельности. Санкт-Петербург: ОДИН, 1993. – 440с.
18. Николаеску І. Імідж як презентаційна складова особистісних проявів соціального педагога. *Соціальна педагогіка: теорія і практика*. 2007. №3. С. 88-92.
19. Оржеховська В.М. Педагогіка здорового способу життя. *Проблеми освіти*. 2006. Вип 48. – С.3-4.
20. Практична соціальна робота / за ред.: П. Картер, Т. Джеффса, М. К. Сміта: переробл. з англ. Амстердам: Асоціація психіатрів України, 1996.- 254с.
21. Сиротюк А.Л. Нейропсихологическое и психофизиологическое сопровождение обучения. Москва: «Сфера», 2003. 366с
22. Самоукина Н.В. Психология и педагогика профессиональной деятельности : учеб. Москва: Тандем, 1999. - 352с.
23. Социальный работник. *Словарь-справочник по социальной работе* / под ред. Е. И. Холостовой. Москва: Юристъ, 2000. 421с.
24. Психотерапія, психосоматика. *Словник-довідник для соціальних працівників і соціальних педагогів* / за заг. ред. А. Й. Капської, І. М. Пінчук, С. В. Толстоухової. Київ: УДЦССМ, 2000. 254с.
25. Селье Г. Когда стресс не приносит горя. Неизвестные силы в нас. Москва: РЭНАР, 1992. 333с.
26. Социальная работа с пожилыми: настольная книга специалиста. Москва: Ин-т социальной работы, 1995. 324с.

27. Форманюк Т.В. Синдром «эмоционального сгорания» как показатель профессиональной дезадаптации учителя. *Вопросы психологии*. 1994. № 6. С. 57-64.

28. Харченко С.Я., Харченко Л.П. Соціально-педагогічні технології: навч.-метод. посіб. для студ. вищ. навч. закл. Луганськ: Альма-матер, 2005. 552 с.

29. Юрків Я.І. Синдром «професійного вигорання» соціальних педагогів при роботі з сім'ями розумово відсталих дітей. *Соціальна педагогіка: теорія і практика*. Луганськ, 2010. №2. С.76-82.

30. Maslach, C., Goldberg J. Prevention of burnout: New perspectives. *Applied and Preventive Psychology*. 1998. V. 7. P. 63-74.

13. Додаткова література.

1. Вієр М, Оржеховська В. Школа – територія здоров'я: Навчально-методичний посібник. Київ: Optima, 2006. – 173с.

2. Виленский, М.Я. Физическая культура в научной организации процесса обучения в высшей школе: учеб. пособие. Москва: МГПИ, 1982. 156 с.

3. Воскобойнікова Г.Л., Головка О.Ф., Соколенко Л.С. Вікова фізіологія, шкільна гігієна і валеологія: навчально-методичний посібник / за ред. П.Д.Плахтія. Кам'янець-Подільський: ПП. Буйніцький О.А., 2010. 148с.

4. Вронский В.А. Экологические болезни. *Краезн. Геогр. Туризм*. 2003. №25-28. С.27-31.

5. Гордеева А.В. Реабилитационная педагогика: профессиональная самореабилитация педагогов: Учеб. пособие. Москва: АПК и ПРО, 2000. 80с.

6. Горяна Л. Методичні рекомендації до теми «Стрес та його чинники. Адаптація людини до стресу». *Рідна школа*. 2009. №1. С. 59-62.

7. Групповой психологический тренинг: учебное пособие. Санкт-Петербург: Питер, 2006. 224 с.

8. Грицук О.В. Збереження професійного здоров'я вчителів як проблема сучасної психології. *Ученые записки Московского гуманитарного педагогического института*. Москва, 2005. Т.2. С.116 – 118.

9. Гринь О. Психологічний рівень забезпечення здоров'я особистості. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. 2007. №1. С.33-36.
10. Глинянова И.Ю. Основы педагогической валеологии: Проблемы и решения. Волгоград: Перемена, 1998. 183 с.
11. Глоба Э., Иванов В. Старославянские методы оздоровление. *Фис.* – 2002. №3-4. С.11-15.
12. Грушко В.С. Психологічні аспекти фізичної реабілітації: навч. посіб. для студ. вищ. закл. освіти. Тернопіль: ТНПУ, 2007. 204с.
13. Дзей О.В. Природні чинники здоров'я. *Все для вчителя*. 2010. №23-24.- С.55-56.
14. Єргієва Л. формування культури психічного здоров'я особистості. *Психолог. Шкільний світ*. 2008. №21. С.25-31.
15. Йогетвер. Таємниці індійської йоги і Практична хатха йоги. *Дніпро*. 1991. №5. С.193-202.
16. Капранова Г. Як бути здоровим і успішним учнем: науково-методичні рекомендації для вчителів. *Здоров'я та фізична культура. Шкільний світ*. 2009. №11. С.3-48.
17. Коваль В.О. Актуальні проблеми здоров'я дітей та молоді, що мають бути об'єктом валеологічної діяльності соціального педагога. Київ-Москва-Одеса-Запорож'є, 2004. Вып. 22. С. 156-164.
18. Коваль В.Н. Семинар-тренінг «Стрессменеджмент» эффективная антистрессовая программа для всех: валеологический практикум. *Практична психологія та соціальна робота*. 2005. №1. С.64-68.
19. Макаренко С. Психолого-педагогічні передумови формування здорового способу життя. *Педагогічна думка*. 2004. №3. С.21-26.
20. Міхєєва Л. Особливості формування здорового способу життя у молодого покоління. *Освіта регіону*. 2011. №3. С.318-321.
21. Мельник Ю.Б. Упровадження соціально-педагогічної технології формування культури здоров'я. *Соціальна педагогіка: Теорія та практика*. 2009. №3. С.67-76.

22. Методика «Эрудит» / ред. Резапкина Г.В. Отбор в профильные классы. Москва: Генезис, 2005. 20с.
23. Методичні вказівки до виконання індивідуального навчально-дослідницького завдання (розрахунково-графічна робота) з дисципліни «Організація гостинності в засобах розміщення» (для студентів 4 курсу напряму підготовки 0504 – «Туризм»). / упоряд. Рябєв А.А. Харків: ХНАМГ, 2008. 12с.
24. Мешко Г.М. Професійне здоров'я педагога як стратегічна проблема сучасної школи. *Практична психологія та соціальна робота*. 2009. №6 С. 4–8.
25. Основи громадського здоров'я: теорія і практика. Навчально-методичний посібник / за заг. ред. О.В. Безпалько. Ужгород: ВАТ «Патент», 2008. 322с.
26. Практическая психология для преподавателей / авт. кол. Тутушкина М.К. и др. Москва: «Филинь» 1997. 328с.
27. Ронгинская Т.И. Синдром выгорания в социальных профессиях. *Психологический журнал*. 2002. №3. Т. 23. С. 85-95.
28. Семенова Е.М. Тренинг эмоциональной устойчивости педагога: учеб. пособие. Москва: Ик-т Психотерапии, 2002. 224с.
29. Скумин В.А. Культура здоровья – фундаментальная наука о человеке. Новочеркасск: ТЕРОС, 1995. 132с.
30. Смирнов Н.Н. Здоровьесберегающие образовательные технологии и психология здоровья в школе. Москва: АРКТИ, 2005. 320с.
31. Степанова М.И. Как сберечь голос. *Физическая культура в школе*. 2006. №1. С.46-47.
32. Соціальна психогігієна: Навчальна програма. *Практична психологія та соціальна робота*. 2001. №6. С.26-29.
33. Татарникова Л.Г. Педагогическая валеология: Генезис. Тенденции развития. 2-е изд., перераб. и доп. Санкт-Петербург: Изд-во “Петроградский и К”, 1997. 416 с.

34. Формування психогігієнічної позиції педагога / ред. С.І.Болтівець. Практична психологія. Київ: Optima, 2004. 249.

35. Яницкий М.С. Ценностные ориентации личности как динамическая система. Кемерово: Кузбасс-вузиздат, 2000. 204с. URL: <http://hpsy.ru/public>. (дата звернення: 22.09.2017).

14. Питання для підсумкового контролю.

1. Культура здоров'я соціального педагога як стратегічна проблема сучасного суспільства.
2. Характеристика дефініцій «культура», «здоров'я», «здоровий спосіб життя», «культура здоров'я».
3. Зв'язок соціально-педагогічної культури та культури здоров'я соціального педагога.
4. Основні підходи до інтерпретації поняття «професійне здоров'я».
5. Професійне здоров'я соціального педагога. Соціально-економічний аспект.
6. Чинники професійного здоров'я соціального педагога.
7. Механізми формування та збереження професійного здоров'я соціального педагога.
8. Стрес у професійній діяльності соціального педагога, його ознаки та форми прояву.
9. Проблема професійного вигорання у соціально-педагогічній роботі.
10. Стадії розвитку та причини виникнення професійного вигорання соціального педагога.
11. Здоров'язбережувальна функція соціально-педагогічної діяльності.
12. Суб'єктивні та об'єктивні ознаки професійного вигорання.
13. Професійна криза у соціально-педагогічній роботі.
14. Професійна деформація. Причини її виникнення.
15. Попередження виникнення професійних деформацій.
16. Професійні деструкції соціальних педагогів.

17. Психологічна стійкість соціальних педагогів як чинник збереження професійного здоров'я.
18. Здоров'язбережувальні особистісні характеристики соціального педагога.
19. Професійний успіх і професійне здоров'я.
20. Техніки гармонізації психологічного стану працівників соціальної сфери.
21. Релаксаційні методики зняття емоційної напруженості.
22. Механізми формування психологічної стійкості соціального педагога.
23. Самоконтроль і саморегуляція особистості соціального педагога у складних соціально-педагогічних ситуаціях.
24. Техніки гармонізації психологічної сфери соціальних педагогів.
25. Саногенне мислення і професійне здоров'я.

Спецсемінар-тренінг «Конструктивне подолання професійних труднощів соціально-педагогічної діяльності»

Види професійних труднощів. Способи гармонізації морально-вольового стану соціального педагога у процесі розв'язання міжособистісних конфліктів. Технології подолання комунікативних бар'єрів у роботі з педагогічно занедбанними дітьми. Способи збереження психологічної стійкості соціального педагога у процесі роботи з дітьми девіантної, адиктивної поведінки. Конструктивні копінг-стратегії подолання стресових ситуацій у соціально-педагогічній діяльності. Психотерапевтичні та естетотерапевтичні способи превенції патологічного стресу у соціально-педагогічній діяльності.

Питання для обговорення

1. Роль і значення самоконтролю та саморегуляції для збереження професійного здоров'я соціального педагога.
2. Впливає емоційне виснаження соціального педагога на результати його професійної діяльності.
3. Способи гармонізації психологічного стану соціального педагога.
4. Копінг-стратегії у професійній діяльності соціального педагога.
5. Складіть пам'ятку «Як конструктивно долати професійні труднощі?»
6. Вплив асертивної поведінки соціального педагога на якість виконання ним своїх професійних функцій.

Практичні завдання

1. Моделювання соціально-педагогічних ситуацій для вироблення алгоритму професійних дій для успішного подолання професійних труднощів у майбутній професійній діяльності.
2. Діагностика здатності протидіяти стрес-чинникам за допомогою анкети «Чи вмієте Ви боротися з стресом?».

3. Запропонуйте комплекс профілактичних заходів щодо превенції виникнення емоційного вигорання у працівників соціальної сфери.
4. Розробіть власну програму протидії емоційному вигоранню в навчально-професійній діяльності відповідно до своїх індивідуальних фізіологічних та психологічних особливостей.

Перелік тем для підготовки реферативних повідомлень

1. Роль саногенного мислення та асертивної поведінки соціального педагога у патронажній роботі.
2. Антистресові саногенні технології.
3. Шляхи уникнення професійних деформацій соціального педагога у роботі з неблагополучними сім'ями.
4. Конструктивні способи подолання кризових явищ у соціальному середовищі.
5. Позитивні і негативні наслідки для особистісного і професійного благополуччя взаємодії соціального педагога з об'єктами його професійного впливу.
6. Психологічні прийоми гармонізації емоційного стану соціального педагога у складних умовах праці.
7. Роль і значення культури спілкування соціального педагога у конструктивному подоланні професійних труднощів.
8. Попередження професійних деструкцій у соціально-педагогічній роботі.
9. Прийоми збереження емоційної рівноваги та психологічного комфорту у процесі надання соціально-педагогічної допомоги.
10. Психологічні механізми захисту від професійного стресу.

Тренінг асертивної поведінки майбутніх соціальних педагогів

(В. Пахальян)

Список рекомендованої літератури

1. Алексеева Л.Ф. Ассертивность как основное свойство субъекта в психологии. *Вестник практической психологии образования*. 2009. № 1 (18). С. 39-42.
2. Бакланова Н.К. Профессиональная устойчивость будущих социальных педагогов: *Ученые записки Московского гуманитарного педагогического института*. Москва, 2004. Т.2. С.359-365.
3. Бажук О.В. Социально-педагогическая профилактика синдрома профессионального выгорания студентов педагогического вуза. *Омский научный вестник*. 2010. № 6 (92). С. 156-159.
4. Васильева Т.Н. Саногенное мышление учащегося, учителя. Калининград: Глобус, 2000. 148с.
5. Майборода Г.Я., Пакушина Л.З. Умови формування валеологічної грамотності майбутніх соціальних педагогів у період модернізації педагогічної освіти в контексті болонського процесу. *Наукові праці. Серія: педагогіка, психологія і соціологія*. Донецьк: ДВНЗ «ДонНТУ», 2009. Випуск 5 (155). С. 159-164.
6. Максимова Н.Ю. Воспитательная работа с социально дезадаптированными школьниками. Київ: ІЗМИ, 1997. 136с.
7. Методичні рекомендації «Профілактика професійного вигорання працівників соціальної сфери». *Всеукраїнський центр професійної реабілітації інвалідів* / за заг. ред. канд. мед. наук. М.Л.Авраменка. Луганськ: Освіта, 2008. 53с.
8. Педагогічна профілактика девіантної поведінки неповнолітніх / ред. Оржеховська В.М. Київ: ІЗМН, 1990. 368с.
9. Пакушина Л. З. Роль валеологічних знань у професійній діяльності соціального педагога. *Актуальні проблеми соціально-педагогічної роботи з різними категоріями населення*. Черкаси, 2008. №5. С. 119–120.

10. Рыбакова М.М. Конфликт и взаимодействие в педагогическом процессе. Москва: Циклон, 1991. 211с.
11. Сейко Н.А. Соціальна педагогіка. Житомир: Житомир.держ. пед. ун-тет, 2002. 260 с.
12. Сорочинська В.Є. Організація роботи соціального педагога: навч. посіб. Київ: Кондор, 2005. 198с.
13. Трубавіна І.М. Соціально-педагогічна робота з неблагополучною сім'єю. Київ: Кондор, 2002. 322с.
14. Шевців З.М. Основи соціально-педагогічної діяльності. Київ: Центр учбової літератури, 2012. 248с.

Список публікацій здобувача

Наукові праці, в яких опубліковано основні результати дослідження

1. Мойсеюк В. П. Культура здоров'я соціального педагога як стратегічна проблема сучасного суспільства. *Освіта регіону: політологія, психологія, комунікації*. Київ: Університет «Україна», 2011. №3. С. 331-335.
2. Мойсеюк В. П. Педагогічні умови формування культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів. *Педагогіка вищої та середньої школи: збірник наукових праць*. Кривий Ріг: КПІ ДВНЗ КНУ, 2012. №36. С. 345-349.
3. Мойсеюк В. П. Чинники професійного здоров'я соціального педагога. *Науковий вісник Волинського національного університету імені Лесі Українки*. Луцьк: ВНУ, 2012. №7. С. 144-149.
4. Мойсеюк В. П. Проблема професійного вигорання в соціально-педагогічній роботі. *Освіта регіону: політологія, психологія, комунікації*. Київ: «Університет Україна», 2013. №3. С. 234-238.
5. Мойсеюк В. П. Сучасний стан формування культури професійного здоров'я. *Збірник наукових праць Херсонського національного технічного університету*. Херсон: ХНТУ, 2013. Вип. 1 (8). С. 328-231.
6. Мойсеюк В. П. Теоретическое обоснование модели формирования культуры профессионального здоровья социального педагога. *Современный научный вестник*. Научно-теоретический и практический журнал. Белгород, 2013. №20 (159). С. 69-78.

Опубліковані праці, які засвідчують апробацію матеріалів дисертації

7. Мойсеюк В. П. Вплив науково-технічного прогресу на здоров'я людини. *Україна наукова* : матеріали восьмої Міжнародної науково-практичної інтернет-конференції (м. Київ, 21-23 грудня 2011 р.). Київ, 2011. Ч. 7. С. 42-45.
8. Мойсеюк В. П. Сучасні підходи до вивчення феномену здоров'я. *Соціум. Наука. Культура* : матеріали восьмої Міжнародної науково-практичної

інтернет- конференції (м. Київ, 24-26 січня 2012 р.). Київ: ІНП, 2012. Ч. 4. С 29-30.

9. Мойсеюк В. П. Обґрунтування педагогічних умов формування культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів. *Сучасна наука в мережі internet*: матеріали восьмої Міжнародної науково-практичної інтернет-конференції: (м. Київ, 9-11 серпня 2012 р.). Київ: ІНП, 2012. Ч. 2. С. 14-16.

10. Мойсеюк В. П. Здоров'ятворчі якості та властивості соціального педагога. *Проблеми компетентного підходу у підготовці майбутніх вчителів: тенденції та перспективи* : матеріали Всеукраїнської наукової конференції (м. Кривий Ріг, 4-6 жовтня 2012 р.). Кривий Ріг: ДВНЗ КНУ, 2012. С. 20-22.

11. Мойсеюк В. П. Чинники професійного здоров'я соціального педагога. *Здоров'я, освіта, наука та самореалізація молоді* : матеріали IV Міжнародної науково-практичної конференції(м. Рівне, 29-30 березня 2012 р.). Рівне: Університет «Україна», 2012. С. 16-18.

12. Мойсеюк В. П. Валеологический аспект профессиональной подготовки будущих социальных педагогов. *В мире научных открытий*: материалы XI Международной научно-практической конференции (г. Москва, 27 марта 2014 г.). Москва: РИНЦ, 2014. С. 90-92.

13. Мойсеюк В. П. Практичні аспекти здоров'язбережувальної діяльності майбутніх соціальних педагогів. *Педагогіка здоров'я* : збірник наукових праць VI науково-практичної конференції (м. Харків, 28-29 квітня 2016 р.). Харків: ХНПУ, 2016. Вип. 6. С. 283-286.



УКРАЇНА

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

ТЕРНОПІЛЬСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

ІМЕНІ ВОЛОДИМИРА ГНАТЮКА

вул. М.Кривоноса, 2, м. Тернопіль, 46027, тел. (0352)43-60-02, факс (0352)43-60-55,
e-mail: info@tntpu.edu.ua, код ЄДРПОУ 02125544

№ 940-33/03 від " 05 " 09 2017 р.

На № _____ від " _____ " _____ 20__ р.

ДОВІДКА

про апробацію і впровадження результатів дисертаційного дослідження
Мойсеюка Василя Петровича на тему «Формування культури професійного здоров'я
майбутніх соціальних педагогів» на здобуття наукового ступеня кандидата педагогічних
наук зі спеціальності 13.00.04 – теорія і методика професійної освіти

Результати дисертаційного дослідження Мойсеюка В.П. упроваджувались у навчально-виховний процес Тернопільського національного педагогічного університету імені Володимира Гнатюка впродовж 2011-2017 рр.

Під час здійснення експериментальної роботи перевірено ефективність змодельованої системи формування культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів. Апробація матеріалів дослідження засвідчила доцільність їх використання у вищих навчальних закладах для формування культури професійного здоров'я майбутніх соціальних працівників.

Заслуговує на впровадження розроблений Мойсеюком В.П. курс «Професійне здоров'я соціального педагога», що сприяє формуванню культури професійного здоров'я майбутніх фахівців, підвищенню рівня професійної стресостійкості, загалом гармонізації їх особистості. Варті уваги виокремлені та обґрунтовані педагогічні умови формування культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів, розроблений діагностичний інструментарій для визначення рівнів сформованості культури професійного здоров'я.

Дослідну роботу Мойсеюк В.П. здійснював у тісній співпраці з викладачами кафедри соціальної педагогіки і соціальної роботи Тернопільського національного педагогічного університету імені Володимира Гнатюка. Розроблені матеріали доповідалися на засіданнях кафедри і отримали схвальні відгуки (протокол № 1 від 30 серпня 2017 року).

Завідувач кафедри соціальної педагогіки і соціальної роботи



проф. Поліщук В. А.

Проректор з наукової роботи і міжнародного співробітництва

проф. Буяк Б. Б.



**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ДРОГОБИЦЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
імені ІВАНА ФРАНКА**

вул. Івана Франка, 24, м. Дрогобич, 82100; тел. (0324) 41-04-74, факс (03244) 3-38-77
e-mail: administrator@drohobych.net, код ЄДРПОУ 02125438

Від 27 вересня 2017 р. № 2932-А

АКТ

про апробацію та впровадження результатів дисертаційного дослідження
Мойсеюка Василя Петровича на тему
«Формування культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів»
на здобуття наукового ступеня кандидата педагогічних наук
(13.00.04 – теорія і методика професійної освіти)

Апробація і впровадження результатів дисертаційного дослідження В.П. Мойсеюка здійснювалися у навчально-виховному процесі Дрогобицького державного педагогічного університету імені Івана Франка впродовж 2012-2017 рр.

Запропонована В.П. Мойсеюком модель системи формування культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів сприяє удосконаленню професійної підготовки майбутніх соціальних педагогів. Позитивним наслідком реалізації експериментальної комплексної програми формування культури професійного здоров'я стало усвідомлення студентами цінності професійного здоров'я для успішної соціально-педагогічної діяльності, оволодіння ними знаннями шляхів і засобів збереження професійного здоров'я, технологіями здоров'я творчої діяльності.

Окремої уваги заслуговує розроблений автором методичний супровід формування готовності майбутніх соціальних педагогів до роботи з проблемними категоріями населення, їх здатності протидіяти впливам негативних стрес-чинників професійної діяльності: навчальна програма курсу «Професійне здоров'я соціального педагога», спецсеминар «Конструктивне подолання професійних труднощів», нетрадиційні форми та методи формування культури професійного здоров'я.

Здійснена апробація підтвердила актуальність дисертаційного дослідження В. П. Мойсеюка та доцільність використання його результатів у процесі підготовки майбутніх соціальних працівників.

Результати експериментальної апробації дослідження В.П. Мойсеюка обговорено і схвалено на засіданні кафедри соціальної педагогіки та корекційної освіти Дрогобицького державного педагогічного університету імені Івана Франка (протокол № 14 від 21 вересня 2017 року).

Завідувач кафедри соціальної педагогіки та корекційної освіти,
доктор педагогічних наук, професор

Проректор з наукової роботи,
доктор педагогічних наук, професор



Логвиненко Т. О.

Пантюк М. П.

Додаток О



МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
 ДЕРЖАВНИЙ ВИЩИЙ НАВЧАЛЬНИЙ ЗАКЛАД
 «УЖГОРОДСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ»

Вул. Підгірна, 46, м. Ужгород, Закарпатська область, 88000
 тел: (03122) 3-33-41, факс: (03122) 3-42-02
 e-mail: official@uzhnu.edu.ua Код ЄДРПОУ 02070832

15.11.2017 № 5433/01-27 На № _____ від _____

Довідка

про впровадження результатів дисертаційного дослідження
 Мойсеюка Василя Петровича на тему «Формування культури професійного здоров'я
 майбутніх соціальних педагогів»
 на здобуття наукового ступеня кандидата педагогічних наук зі спеціальності 13.00.04
 теорія і методика професійної освіти

Результати дисертаційного дослідження В.П. Мойсеюка впроваджувалися у навчально-виховний процес факультету суспільних наук Ужгородського національного університету впродовж 2015-2017рр.

Розроблена В.П. Мойсеюком модель системи формування культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів сприяє засвоєнню студентами спеціальних знань, оволодінню технологіями здоров'язбереження. Запропонована комплексна програма формування культури професійного здоров'я, що передбачала теоретичну і практичну підготовку, навчально-дослідницьку діяльність і волонтерську діяльність майбутніх соціальних педагогів, була реалізована на кафедрі соціології та соціальної роботи в процесі професійної підготовки майбутніх соціальних працівників (курси: «Медико-соціальна робота», «Волонтерська діяльність», «Соціальна гігієна», «Етика соціальної роботи»), а також на кафедрі загальної педагогіки і педагогіки вищої школи (курси: «Психологія і педагогіка вищої школи», «Теорія і практика вищої освіти», «Менеджмент освітнього процесу», «Педагогічна ергономіка»).

Комплексна програма формування культури професійного здоров'я здобула позитивну оцінку і застосовується у навчально-виховному процесі. Її використання свідчить про ефективність запропонованого підходу до підготовки майбутніх соціальних працівників і педагогів до здоров'ятворчої діяльності.

Важливим результатом дослідження В. П. Мойсеюка є розроблений курс «Професійне здоров'я соціального педагога» та спецсеминар «Конструктивне подолання професійних труднощів». Матеріали дисертаційного дослідження збагачують зміст фахових дисциплін, тематику курсових, бакалаврських і магістерських робіт, використовуються для підготовки магістрантами, аспірантами виступів на наукових конференціях.

Основні результати дисертаційного дослідження В. П. Мойсеюка отримали схвальні відгуки викладачів кафедри соціології і соціальної роботи (протокол № 4 від 14.11.2017) та кафедри загальної педагогіки і педагогіки вищої школи (протокол №4 від 10.11.2017) Ужгородського національного університету.

Проректор з навчальної роботи



проф. Студеяк Т.П.